زانستی سەردەم

گۆڤارێکی زانستی گشتی وەرزییە

دەزگای چاپ و پەخشی سەردەم دەری دەکات

خاوەنی ئیمتیاز: کەمال جەلال غەریب

ژمارە (23) ساڵی (6) مارتی 2005ز نەورۆزی 2705ی کوردی Issue No(23) March 2005

سەرنووسەر

ئەکرەم قەرەداخی

ڕۆشنبیریی ناتەواو

ڕۆشنبیریی مەودایەکی فراوانی هەیە و ناکرێت و نابێت لەناو چوار چێوەیەکی داخراودا بیبەسترێتەوە، چونکە خۆی لە بنەڕەتدا هەموو کایەو لایەنە مەعریفییەکانی مرۆڤ و سەردەم دەگرێتەوە، بۆیە فەرامۆشکردن یا کەنارخستنی هەرلایەنێک لەولایەنانە ڕۆشنبیر کۆڵەدار دەکات و لەبەردەم گۆڕانە مەعریفیە زۆرەکاندا تووشی ئیفلیجی و دۆشداماو و دەستەوسانی دەکات.

ئاخر چۆن دەبێت کەسێک کە لە بواری فکری و ڕوناکبیریدا کار دەکات و ئامادەیە بۆ چەند ساتێک لەسەر تیۆرێکی ئەدەبی ئاخاوتن بکات، نەزانێت تیۆری هەڵبژاردنی سروشتی چییە؟ یا نەزانێت بوارەکانی ئێزەر لەم ڕۆژەدا چی دەگرێتەوە؟ پرۆژەی جینۆمی مرۆڤ بەرەو کوێ دەڕوات؟ ئەم دیجیتاڵەی هەموو دنیای داگیرکردوە چییە!

خۆراکە دژە ئۆکسانەکان کامانەن؟ ئەو هەسارە و ئەستێرە نوێیانە کامانەن کە ڕۆژانە دەدۆزرێنەوە؟

کار گەیشتۆتە ئەو ڕادەیەی کە هەندێک نازانن هەیڤ و زەوی کامیان بە دەوری کامیاندا دەخولێنەوە؟!!

هۆکاری سەرەکی ئەم دەردە دەگەڕێتەوە بۆ بایەخ نەدان و نا پەروەردەیی بەرامبەر بەلایەنێکی گەورەی ڕۆشنبیری سەردەم، ئەویش لایەنی زانستیە، کە ئێستا و لەمڕۆدا بۆتە پێویستیەکی لەڕادەبەدەر نەک تەنها بۆ ئەو کەسانەی لە بوارە زانستیەکاندا کاردەکەن. بەڵکو بۆ هەموو کەسێک کە بیەوێت لە دنیای ڕوناکبیریدا بژی. چونکە زانست بەری هەموو ئەو چالاکیە ئەقڵیانەیە کە مرۆڤ بەدەستی هێناون و هەموو ئەو میتۆدو یاسایانەیان لێ کەوتۆتەوە کە کۆنترۆڵی دیاردەو ڕوداو شتەکانی ناو ئەم سروشتە دەکەن و پرنسیپەکانی ژیانیان لەسەر وەستاوە.

ئیتر چۆن کەسێک ڕەوا دەبینێت بەخۆی بڵێت ڕۆشنبیر کە بێبەری بێت لەو دنیا گەورە فراوانەی زانست.

سەرنووسەر

ڕێکخستنی بابەتەکان پەیوەندی بەلایەنی هونەرییەوە هەیە

پەیوەندییەکان لە ڕێگای سەرنووسەرەوە دەبێت

ناونیشان:

سلێمانی - فولکەی یەکگرتن - گۆڤاری زانستی سەردەم

ت/ دەزگا 3129609

ت/ سەرنووسەر 3122162

تایپ و مۆنتاژی کۆمپیوتەری : ئاسۆ سەعید حەمەخان

هەڵەچنی چاپ : کانی عبداللە عزیز

چاپ : دەزگای چاپ و پەخشی سەردەم

سەرپەرشتیاری چاپ: فەرهاد رەفیق

نەخشەسازی و کاری هونەری : سەرنووسەر

بۆ پەیوەندی کردن لە دەرەوەی وڵاتەوە:

فاکسی دەزگای سەردەم

Fax: 00447043129839

ئینتەرنێت:

www.sardam.info

پۆستی ئەلکترۆنی

Zanistisardam@hotmail.com

یا ڕاستەوخۆ بۆ سەرنووسەر

qaradaghiam@yahoo.com

نرخی (1800) دینارە

لەم ژمارەیەدا 23

نۆژداری — medicine

ڤێتەرنەری — Veterinary

بایۆلۆژی — Biology

سێکسزانی — Sexology

کۆمپیوتەر و ئینتەرنێت — Computer & Internet

فیزیا — Physics

پەروەردە — Education

منداڵ — Childern

کۆمەڵناسی — Sociology

گەردونزانی — Astronomy

کشتوکاڵ — Agriculture

فسیۆلۆژی — physiology

بۆماوەزانی — Genetics

ژینگەزانی — Ecology

پیشەسازی — Industry

جیهانگیری

جیۆلۆجی — Geology

سایکۆلۆژی — Psychology

کیمیا — Chemistry

هەمەچەشن

پەیوەندییەکان و مامەڵەکردن

نووسینی: وێندی گرانت
پەرچڤەی: شێرزاد حەسەن

چیرۆکی دۆخێك:

جارێکیان ژن و مێردێکی لاو هاتنە لام چونکە لەوە نەدەچوو تەبابن و بگونجێن. گرفتی هەردووکیان پەیوەندی نار پێخەف و سێکس بوو. ژنە گەرچی مێردەکەی لەوە دڵنیا دەکردەوە کە هێشتا هەر خۆشی دەوێت، کەچی هیچ زەوق و حەزێکی لە پەیەکەوە خەوتن و جوتبوون نەمابوو. هەڵبەتە وەك دەرئەنجامێکی ئەو حاڵەتە مێردەکە هەستی دەکرد کە لەلایەن ژنەکەیەوە بێزراوە و ئەوەش داخدار و تووڕەی دەکرد. مێردەکە وەك ناڕەزایی وتی: "من هیچ گوناهێکم نییە، من ئێستاش دەتوانم کاراو بە توانابم. شتێك لە مندا نییەو ژنەکەمە کە گۆڕاوە".

لەرکاتەی کە هانی هەردووکیانم دەدا هەست و نەستی خۆیان دەربڕن، من سەیری چاوی هەردووکیانم دەکرد تاوەکو ببینم کە بە چ لایەکدا و چۆن دەسووڕێن ئەو کاتەی کە دەدوێن.

پاشان من چەند پرسیارێکم لێکردن و هەستم بە شتێکی سەیرو سەمەرە کرد. لەوە دەچوو سەرەتای چوونە ناو گەمەی سێکسی و جووتبوون و دەست لەملانێ پیاوەکە حەز بەوە بکات کە زۆرتر دەستەکانی و زمانی بەکاربهێنێت، کەچی ژنەکە حەزی کردووە بە مەبەستی وروژاندنی سێکسی (چاو و دەنگی) بەکاربهێنێت. باشە .. ئەی کەواتە هەڵەکە لە کوێدابووە؟ گرفتەکە، وەك بۆم دەرکەوت، لەوەدابووە کە ئەوان لە ژوورێکی تاریکدا ئەو بەزمەیان کردووە و لە میانەی گەمەو دەستبازیشدا کابرا هیچ قسەیەکی نەکردووە. ئەزان و ساویلکانە بێبەشی کردووە لە (دەنگ و بینین) کە دوو شێوازی سروشتین بۆ تەواوبوونی پڕاوپڕی گەمەو ئەزموونی خۆشەویستی و سێکس (کە دواجار بە ئاوێتەبوونی دوو لەش و توانەوەیان لەیەکدیدابە ترۆپك دەگات). ژنە دەیتوانی خەیاڵی خۆی بخاتە گەڕ تاوەکو هەست و نەست و سۆزی خۆی گەرم و تیژ بکاتەوە و فریای هەوار هەوەسەکانی خۆی بکەوێت گەر بیزانیایە کێشەو گرفتەکەی چییە، بەڵام لەوە

دەچوو هیچ بیرۆکەیەکی نەبێت لەمەڕ ئەو گرفتەی کە دووچاری خۆی و مێردەکەی ببوو.

هەردووکیان لەسەر ئەوە ڕێك کەوتن کە ڕوناکییەکی کز لە ژوورەکەدا هەبێت ئەو کاتەی سەرگەرمی خۆشەویستی و دەست لە ملانێ دەبن. ئەوسا ژنەکە دەتوانێت هەموو هەست و ئەستێکی سەر ڕووخساری پیاوەکەی ببینێت (ئەوەش لەڕووی سۆزداری و عیشق و هەروەسەوە یارمەتی ژنەکەی دابوو) پیاوەکەش بە هەمان شێوە توانیبووی لەش و لاری ژنەکە ببینێت (هەڵبەت ئەوەشیان هەر وای کردبوو کە ژنەکە لە ڕووی سێکسییەوە بوروژێت و وەئاگابێت.) پیاوەکە فێری ئەوە ببوو بەدەم دەستبازی و عیشقەوە کەمێك قسە بکات و دەنگ هەڵبڕێت، ئیدی وای لێهات پەیوەندییەکەیان باشتر بێت. کەواتە ئەکەس لەو دووانە هەڵە بووە و نەکەسیشیان ڕاست بوون. بەکورتی گوناهی هیچ کامیان نەبووە، هەر ئەوە بووە کە زۆر بەسادەیی بۆ هیچ کامیان نەلوابوو بەشێوەیەکی جیاواز لەو ئەزموونە نزیك بێتەوە و خۆی تاقی بکاتەوە.

خەڵکی بە چ ئاڕاستەیەك بەکام لایەکدا چاو بسوڕێنین ئەوکاتەی کارێك ئەنجام دەدەن یان دەکەونە ناو ئەزموونێك، یان ئەو کاتەی کە شتێکیان بیر دەکەوێتەوە، ئا ئەم دۆخە لە کەسێکەوە بۆکەسێکی دیکە جیاوازە، بە واتا سووڕان جوڵەی چاوەکان وەکو یەك نین، کەواتە ژمارەیەك لە پرسیار و وەڵام و کاردانەوەی دیار پێویستن تاوەکو یارمەتیت بدەن کە بزانیت چۆن چۆنی چاوەکانت بەکاردەهێنێت لەم جۆرە هەڵوێستانەدا.

لەگەڵ برادەرێکی خۆتدا یان هاوسەرەکەتدا ڕووبەڕوی یەکدی دانیشن، لەسەر پارچە کاغەزێك وێنەی دەم و چاوێك بکێشە. چەند تیرێك بە چوار دەوری دەم و چاوەکەدا ڕەسم بکە کە دەربڕی هەستەکان بێت.

ئەم پرسیارانەی خوارەوە لە دۆستەکەت بکەو لە هەمان کاتدا لە چاوەکانی بڕوانە و بزانە بە چ لایەکدا دەسووڕێت. لە دوای هەر کۆمەڵە پرسیارێك چی دەبینیت لەسەر وێنەکە (دایەگرام)ە کە دەستنیشانی بکە، ئەوکاتەی لیستەکەت تەواوکرد، هەوڵبدە لەگەڵ دۆستەکەت جێگۆڕکێ بکەن، با ئەویش کاردانەوەکانی تۆ تۆمار بکات.

1-وەیادخستنەوە لە ڕێی چاوەوە: ڕەنگەکانی ترافیك لایت چین؟

ئەو جلانە بێنەوە بەرچاوت کە یەکشەممەی ڕابردوو لە بەرتدا بوو. یەکەم شت چییە کە دەیبینیت ئەوکاتەی دەرگا دەکەیتەوە؟

2-دامەزراندنێك بەچاو لە ئاییندەدا: هەر بە خەیاڵ ژوورێك بێنە بەرچاوت لەماڵەکەی خۆتدا کە کەل و پەلەکانی تازەبن. لەبری ڕەنگی سوور و زەردوو سەوزی ترافیك لایت، لەبەرچاوتدا بیگۆڕە بە شین و پەمەیی و سپی. بێنە بەر خەیاڵت گەر خەڵکی بە فەروو داپۆشراون چۆن دێنە بەرچاو. (دامەزراندنی وێنەی شتێك کە تا ئێستا نەبووەو نەهاتۆتە کایەوە ئەو شتەیە کە خەڵکی دامێنەر هەمیشە خەونی پێوە دەبینن و پێویستیان پێیەتی.)

3-دەست لێدان: بیری لێ بکەرەوە هەست بە چی دەکەیت گەر هەردوو دەستەکانت لەناو ئاوێکی سارد دا بێت؟ چۆنە گەر بکەویتە ناو کورسییەکی نەرم و نیان. هەست بەچی دەکەیت گەر دەستی منداڵێك لەناو دەستدابێت؟ (ئەگەر توانیت خۆت ببینیت بەرلەوەی بتوانیت هەستی پێبکەیت، دەبینیت کە لە یەکەمین کاردانەوەدا چاوەکانت شتەکان ڕەسم دەکەن و دەیبینن، هەر بەم شێوەیەش تۆ دەکەویتە ناو زۆربەی ئەزموونەکانت.

4-دەنگ: دەنگی شەمەندەفەرێك لە دوورەوە بێنەوە یادت. یان گریانی کۆرپەیەك چۆنە؟ نەغمەیەکی خۆش یادکەرەوە. (ئەمەیان هەست و سۆزی بەهێزت لەلا دروست دەکاتەوە، جۆرە پارچە مۆسیقایەکی دیاریکراو هەیە وا دەکات کە هەست و نەستمان لەنگەر بگرێت- یەکەمجار مۆسیقاکەمان بیر دەکەوێتەوە و پاشان ئەزموونی ئەو هەست و نەستە دەکەین کە بەو مۆسیقاوە پەیوەستە.)

5-تام: مەزەندەی بکە کە تۆ قاشێك لیمۆ دەخۆیت (ئەمەیان یەکسەر وات لێدەکات کە لیك بکەیت.) دەرمانی ددانەکەت چ تامێکی هەیە؟

تامی خوێ وەیادی خۆت بخەرەوە.

6-بۆن: (یەکێکە لە هەستە پڕ جۆشەکانی ئێمە) بۆنی نانێکی تازە برژاو یادکەرەوە، چیمەنێکی تازە براو، بۆنێکی خۆش کە لات پەسەندە یان سابوونێك.

لەوانەیە وا دەرکەوێت کە بۆ هەستێك زیاتر چاوەکان بەهەمان لادا بسووڕێن ئەمەیان ئەو کاتەیە کە خەیاڵ و مێشکت لە ئەزموونێکەو دەچێتە سەر ئەزموونێکی دی. بۆ

نموونە کاتێك کەداوات لێکرا چیمەنێکی تازەبڕاو بێنیتەوە یادو خەیاڵت، لەوانەیە یەکەمجار چیمەنەکە بێتە بەرچاوت، یان لەوانەیە گوێت لە ماکینەی -چیمەنبڕەکە- بێت بەرلەوەی بۆنەکەی بێتەوە یادت. لەم حاڵەتەدا تێدەگەیت کە هەستی یادکردنەوەت لە ڕێی بۆنەوە زۆر بەهێز و زاڵ نییە.

ئەگەر، هەندێك جار، چاوەکانت تیژ بۆ پێشەوە ڕوانیان، هیچ هەڵەیەك لەوەدا نییە، ئەمەیان شێوازی تۆیە لەوەی یارمەتی خۆت بدەیت شتەکان بیر بکەوێتەوە یان بچیتە ناو ئەزموونێکی دیاریکراوەوە یان یادگارەکانت. هیچ شتێك تا ئەمڕۆکە کە تازە بێت ڕووی نەداوە تەنها ئەوەیە کە تۆ هەرگیز تێبینی ئەو شتانەت نەکردووە لەمەوبەر.

گەرتۆ هەستت کرد بەلاتەوە قورسە کاردانەوەی دەستبەجێت هەبێت بۆ هەندێك لەو پرسیارانەی سەرەوە، ئەمەیان بەڵگەیە کە ئەو هەستانە زۆرجاران فریات ناکەون لەوەی زانیاریت لەمەڕ شتەکانەوە هەبێت. بەڵکو تەنها لەڕێی کارکردن و پراکتیکانە پەرە دەستێنن.

ئێستا کە هەندێك شتت لەلادروست بووە لەمەڕ جوڵەو سووڕانی چاوەکانت ئەوکاتەی دەتەوێت هەندێك شت بەیادی خۆت بێنیتەوە، دەتوانیت بەشێوەیەکی تۆکمەو بونیاتنەرانە کەڵك لەم ڕاهێنانە وەربگرێت تاوەکو یارمەتیت بدا لە وەیادکەوتنەوەی ئەزموونەکان، دەست گەیشتن بە زانیارییەکان و هەوڵدان بۆ پەرەسەندن و گەشەکردنی هەستەکانت.

گەر ویستت ئاوازێکت بیر بکەوێتەوە و چاوەکانت بەلای چەپدا و بۆ سەرەوە هەڵبڕین، چاو سووڕاندن بەو لایەدا مەرجە یارمەتیت بدات لەوەی ئەو ئاوازەت بێتەوە یاد.

لەکاتی تاقیکردنەوەدا چاو سووڕاندن بە لای (یادکردنەوە لەڕێی بینین- دۆخی یەکەم) دەتوانیت یارمەتی خۆت بدەیت کە هەندێك زانیاریت بێتەوە یاد کە پێشتر بە نووسراوی سەیرت کردبوون.

هۆیەکەش ئەوەیە کە بۆ ئەو هەموو کارە چاوەکانت بەمێشکەوە پەیوەستن- بە هاوبەشی کاردەکەن.

ڕزگارکردنی پەیوەندییەك:

هەڵبەتە پەیوەندییەکان دەڕووخێن، هەندێك جار هیچ ئەلتەرناتیڤێك نییە جگە لەوەی کە دەبێت کاتێك بۆ ڕزگارکردنی پەیوەندییەکان تەرخان بکەین بەرلەوەی بڕووخێن. گەر هەستت کرد پەیوەندییەك شایستەی مانەوەیە- هێز و ماندووبوونی هەردوولای پەیوەندیداری گەرەکە-هەوڵبدە کە بگەڕێیتەوە دواوە بۆ ڕابردوو تاوەکو بزانیت لەسەرەتادا شتەکان چۆن بووە. هەست و نەست و بیروبۆچوونی زۆر و خەراپ و سلبی کە لە مێشکتدا کەڵەکەبن زۆر بەئاسانی دەتوانن هەر هەموو یادگارە جوان و خۆشەکانیش بشێوێنن.

من گوێم لە چەندەها کەس گرتووە کە پێیان ڕاگەیاندووم کە هەرگیز لە دڵەوە بەڕاستی ژنەکانیان مێردەکانیان هاوڕێکانیان خۆش نەویستووە، هەرگیز مەزەندەی ئەوەیان نەدەکرد و خۆشیان نەیاندەزانی کە چۆن چۆنی هەر لە سەرەتاوە بەیەکەوە گونجاون.

هەڵبەتە ئەم جۆرە بۆچوونە ناکرێت ڕاست بووبێت، بەڵام لەگەڵ ئەو هەموو هەست و نەست و خەیاڵ و ئەزموونە زۆر خەراپانە کە مرۆڤ هەمیشە وەبیر خۆی بهێنێتەوە، ئەوسا ناتوانێت هیچ شتێکی جوان ببینێت و یادێکی خۆش بکاتەوە لەگەڵ ئەو کەسانەی کە لەگەڵیاندا ژیاوە.

بەسووڕانی چاوەکانت بەو لایەی کە یارمەتیت دەدا ئەزموونەکانی ڕابردوو بێنەوە یادت، دەتوانیت یادگارییە خۆشەکانت پتر زەق بکەیتەوە بە یارمەتی دەنگ و دەست لێدان و تام لە هەرکاتێکدا کە پێویست بوو. ئەو یادگارییانە دەکرێت ئەوەندە خۆش بن کە بە تەواوی یادەوەرییە ناخۆش و ناشرینەکان بکەنە دەرەوە، هەر هەموو هەست و نەستە سلبییەکان. بیهێنە بەر چاوت چەندە خۆش دەبێت کە ئەو هەموو ئەزموونە خۆشەت لەبەر دەستابێت، بتوانێت چێژیان

لێ ببینیت بۆ جارێکی دیکە، جار لە دوای جار، بە جۆرێك کە وا بزانیت دوێنێ ڕووی داوە.

دووەمین (مانگی هەنگوین)ی ئەوەیە کە هەر هەموو بایەخ و هەست و ئەستتان بە یەکدی ببەخشن، ئەوەیان وا دەکات کە پەیوەندییەکی لەق و لۆق چاکتر بکاتەوە. بەخشینی کاتێکی باش بۆ ئەوەی بزانیت ئەو شتانە چی بوون کە وایان کرد دۆخێکی زۆر تایبەت لە نێوان تۆو بەرامبەرەکەتدا دروست ببێت، ئەوەیان پتر یارمەتیت کە شتەکان بچنەوە شوێنی خۆیان و بە هەمان قەوارە و حەقیقەتی خۆیان دەربکەون، وات لێ دەکات کە ئەو هەموو شتە ببینیت کە بۆ بڕیاردان پێویستن کە ئێوە هەردووکتان بۆ یەکەمجار لە بەرامبەر یەکدیدا دابنێت.

من وا هەست دەکەم کە ئەوەیان کارێکی ئاسان نەبێت ئەو کاتەی منداڵەکان، خاووخێزان، کاروئەرکی زۆر، فشاری پیشەکەت، کۆڕ و کۆبونەوە سەرقاڵت دەکەن. بەڵام کە منداڵەکان ماڵەوە بەجێدەهێڵن، ئێوە چیتان هەیە؟ وەڵامەکە دەبێت وابێت– (تۆو ئەو یەکتریتان هەیە.)

من پەرستارێکی بە ئەزموون دەناسم، ڕاهاتبوو بەو دایکانە بڵێت کە لە ژێرچاودێری ئەودا بوون لە نەخۆشخانەی لەدایکبوون:

(تۆ پێویستە بایەخی زۆرتر بە باوکی ئەو کۆرپەیەت بدەیت، چونکە ئەو ماوەیەکی زۆر درێژتر لە ماڵەکە دەمێنێتەوە لەوکاتەی کە منداڵەکەت گەورە دەبێت و ماڵەکە بەجێدەهێڵێت.)

هەروەها دەبێت پیاوەکەش وابێت، ئەگەر بایەخ و خۆشەویستی بێت بە مایەی لەیەکدی گەیشتن و دابینکردنی پێویستییەکانی یەکدی.

مێژووی دۆخێك:

(پێنی) بەدەست نەخۆشییەکی کوشندەوە دەتلایەوە، بۆ ماوەیەکی درێژ، کە زەرد و لاوازی کردبوو. لەو ماوەیەدا چ لە ڕووی فیزیکییەوە و چ لە ڕووی ڕۆحی ئەقڵییەوە بێت نەیدەتوانی وەك ژنێك خزمەت بەماڵ و مێردەکەی بکات یان هەتا حیساب بۆ ئەوە بکات ئاخۆ هەست و ئەستی مێردەکەی چۆنە. ئیدی وای لێ هاتبوو کە ئەو زەماوەندە و ژن و مێردایەتییە لەیەکدی هەڵبوەشێتەوە تا ئەو شوێنەی کە ئەو ژنە لەوە دڵنیا ئەبوو ئاخۆ مەبەستیەتی لەناو ئەو پەیوەندییەدا بمێنێتەوە.

(پێنی) بۆی گێڕامەوە و وتی ڕۆژێکیان هەر بە خەیاڵ هەستی کردووە کە مێردەکەی مردووە و خۆی بینیوە کە لە قەراغی پێخەفی مێردە دانیشتووەو سەیری کردووە. لەو حاڵەتەدا کە ئەو خەیاڵەی بۆ هاتووە هەستی کردووە کە ئیتر لەمەودوا ناتوانێت بۆ جارێکی دیکە لەگەڵ ئەو مێردەدا بەشداری هیچ شتێك بکات. هەر ئەوەش وای لێکرد لەوە وەئاگابێت کە ئەو مێردە لە ژیانی ئەودا بەڕاستی چ گرنگی و بایەخێکی هەبووبێت. ژنە بڕیاریدا کە بە هەموو ئەو شتە سادەو ساکارانە هەڵبسێت کە جێگەی بایەخن و لە پەیوەندی نێوان هەردووکیاندا، بە تایبەتی لە ڕۆژانی سەرەتای زەماوەندەکەیاندا، گرنگی هەبووە– بۆ نموونە ئامادەکردنی ئەو خۆراکانەی کە مێردە حەزی لێ دەکردن، جێهێشتنی نامەیەك سەبارەت بە خۆراکی نیوەڕۆ، کڕینی دیاری چکۆلەی چاوەڕوان نەکراو.

ژنەسەرسام بوو، زۆریش دڵخۆش بوو بە کاردانەوەی مێردەکەی. ئەو جوانی وسیحرە گەڕایەوە ناو ژیانی هەردووکیان وهەستیان بەوەکرد کە ئەوان بەجووتە بەشدارن کە شتێکی زۆر جوان و

پڕ بەها کە لەوە دەچوو لە ئەگەر لەوەدا بووبن بیدۆڕێنن.

هەستکردن بە گۆڕان:

شتێك هەیە کە مەرجە لێی دڵنیابین، ئەویش ئەوەیە کە ئێمە وەك خۆمان نامێنینەوە. ئەو ژنەی یان ئەو مێردەی کە هاوار دەکات لە کاتی گفتوگۆو دەمەتەقێدا دەڵێت (تۆ ئەو کەسە نیت کە من شوو یان مێردم پێکردیت. تۆ هەرگیز وا نەبویت..)

قسەو ڕازێکی وا هەرزێکە، بەڵام دوور لە هیچ سەرکەوتنێك، کە ئەوکەسە هەوڵدەدات دەست بە خەونێکەوە بگرێت کە لە مەحاڵ دەچێت.

ئێمە دەگۆڕێین و زیاتر پێدەگەین و گەورەتر دەبین. ئەو پیاوەی یان ئەو ژنەی کە وەك هەرزەکارێك ڕەفتار دەکات کەسێکە کە جێگەی بە زەبیە و گوناهە. پێویستییەکانی کەسێکی تەمەن بیست ساڵ زۆر جیاوازە لە پێویستییەکانی کەسانی تەمەن چل ساڵ. پێویستییەکانی ئێمە دیسانەوە دەگۆڕین کە دەگەینە تەمەنی شەست و لە حەفتاشدا جارێکی

دیکە گۆڕانی بەسەردا دێت. لەسەر ئێمە پێویستە کە هەمیشە کاروباری خۆمان ڕێك بخەینەوە و خۆمان بگونجێنین. زۆربەی کات بەشێوەیەکی سروشتی ئەوە ڕوو دەدات، هەندێك جار کەمێك بە ئاگادارییەوە ئەوە دەکەین و هەندێك جاریش هیچ هەوڵێکمان بۆ نەداوە لەلایەن خۆمانەوە.

شتێکی سروشتیە کە دووکەس حەزبکەن هەمیشە بەیەکەوە بن ئەو کاتەی کە عاشقی یەکدین، بەڵام شتێکی زۆر خراپ و خنکێنەرە ئەگەر بەتەواوەتی وا لە هەر لایەك بکات کە ئەو حەز و عەشقە ڕێگە لەوەبگرێت هەر یەکێکیان دوای حەز و خولیای کارەکانی خۆی بکەوێت.

وازهێنان لە هەموو شتێك لە پێناو یەکتریدا دەروازەیەك دەکاتەوە کە لە داهاتوودا ئەو دوو کەسە عاشقە گلەیی و گازاندە لە یەکدی بکەن، توورەبن و یەکتری تاوانبار بکەن.

هەروەها شتێکی زۆر گرنگە کە دەرك بەوە بکەین کە هەوڵدان بۆ گۆڕینی کەسەکان تاوەکو بەو شێوەیە بن کە ئێمە دەمانەوێت و بیانخەینە ناو چوارچێوەیەکەوە وەك ئەوەی ئەو کەسانەو وێنەیەك بن کە ئێمە وێنەیان دەکێشین، ئەوەیان زەوتکردنی تایبەتمەندی ئەو کەسانەیە، لێسەندنەوەی خەسڵەت و کەسییەتی خۆیانەو دەرگا داخستنە لەسەر هەموو جۆرە گفت و گۆو مامەڵەیەکی ئینسانیانە.

شکست هێنان و تێنەگەیشتن لە گۆڕانی پێویستییەکانی منداڵەکانت دەبێتە مایەی نائومێدی، دڵساردی، هەڵچوون و توورەیی، وەڕسبوون و هەستکردن بە گوناهباری - هەندێکجاریش دارمانی تەواوی ئەو پەیوەندییە. دەقاو دەق ئەو شتانەی کە تۆ گەرەکتە منداڵەکانت توخنی نەکەون و لێیان دوور بکەونەوە، هەر لەو کاتەدا، هەمان ئەو شتانە بە تەواوی لای ئەوان جێی بایەخەو سوورن لەسەر ئەوەی کە ئەو شتانە بۆ ئەوان زۆر گرنگ و بنەڕەتییە بۆ وەدەستهێنانی ئاسوودەگی.

کارێکی قورسە خۆت بگریت و لە بەخشینی ئامۆژگاری و ڕێنمایی بوەستێت، چاوت لە منداڵەکەت بێت چۆن چۆنی بە دەست هەڵەکانییەوە دەتلێتەوە. دیارە کە هەندێك جاریش بەوە تاوانبار دەکرێیت کە یارمەتی منداڵەکەت نەداوە یان ئاگات لێی نەبووە، ئەوەشیان ئەزموونێکی دیکەیە گەر تۆ دایك یان باوك بیت، دووچاری گلەیی منداڵەکەت دەبێتەوە، توورەیی و بگرە هێرشی ئەوە دەکاتە سەر کە تۆ بۆ هەوڵت نەداوە خۆت لە کاروبارەکانی هەڵبقورتێنیت.

کات هەیە کە تۆ هەستی وا دادەگرێت کە هەر چییەك دەکەیت ڕاست نییە و هەموو ئەو بونیاتەی کە تۆ ژیانی خۆت لەسەر دامەزراندووە وەك دایك یان باوك لە هەموو لایەکەوە دەڕووخێت. ئەوە ئەو کاتەیە کە هەموو بڕوابەخۆ بوونێك و متمانەیەك دۆڕاوەو لەو وەهمە وەئاگادێیت و ژیانت دەکەوێتە ژێر هەڕەشەو تیاچوون.

بەهەرحاڵ، هەڵگەڕانەوە، جیابوونەوە، یاخیبوون، بە کەسێکی سەربەخۆ، ئەوە ئەو شتانەن کە بۆ مانەوە و ژیانی منداڵەکەت زۆر بنەڕتی و پێویستن، هەمیشە تۆ بەچوار دەورییەوە نابیت تاوەکو بیپارێزیت و ئامۆژگاری بکەیت. ئەو شتەی کە هەمیشە ئەگەرێکی کراوەیە لەبەردەمی دایکان و باوکاندا ئەوەیە کە منداڵەکانیان ڕوو بەڕوویان ببنەوەو هەڵگرێنەوە و بەرەنگاریان ببنەوە، یان هەموو ئەو بەهاو مۆڕاڵ و بەهایانە و شێوەی پەروەردەکردنیان ڕەت بکەنەوە، ئەوەشیان مەیلێکی خۆڕسکییە بۆ چوونە ناو دونیای تازەو دەست دەگەیشتن بە هەموو ئەو شتە تازانەی کە لە ناو جیهانێکی تازەدا لە گۆڕاندایە- جیهانێك کە منداڵەکان بۆ خۆیان هەر دەبێت ڕۆژێك لە ڕۆژان تیایدا بژین و زیندەگی بکەن بێ یارمەتی دایکان و باوکانیان.

پێچەوانەکەشی ئەوەیە کە منداڵەکەش دەبێت هەست بەوە بکات کە پێویستییەکانی دایکەو باوکەش دەگۆڕێن. دایکەو باوکەش لە ئەرك و بەرپرسیارییەتی ئازاد دەبن تاوەکو بڕۆن (کارەکانی خۆیان جێبەجێ بکەن) هەمیشە ئامادەبوون لەناو خێزاندا و گەڕانەوە بۆ ماڵەوە لە یەکشەممواندا تا ئەو کەسە نانی نیوەڕۆ لەگەڵ خاوو خێزاندا بخوات دەکرێت ببێت بە بارێکی قورس بەسەر شانییەوە.

لەوانەیە داپیرە و باپیرە هەمیشە ئامادە نەبن پێشوازی کچەزاو کوڕەزاکانیان بکەن، لەوانەیە ڕۆژێك یان قۆناغێك بێتە پێشێ کە ئەوان بیانەوێت بێ ئەرك و بەرپرسیارییەتی ژیان ببەنەسەر. ئەوان هەرچەندێك کوڕەزاو کچەزاکانی خۆیان خۆش بوێت. لەوانە نییە بۆ سەردەمانێکی دوور و درێژ بتوانن لە گەڵیاندا خۆ بگونجێنن، یان زۆر بەسادەیی نایانەوێت و ئامادە نابن.

ئەو شتانەی سەرەوە بەتەنها چەند نموونەیەکن و من دڵنیام کە تۆ خۆت خاوەنی دەیەها نموونەی لەم بابەتەی.

ئەویستن:

لەگەڵ ئەو هەموو ویست و حەزو ئارەزووەی کە لە دونیادا هەیە، شتەکان بۆ هەمیشە وا ڕێك و ڕاست نایەنەوە وەك دووکەس کە دەیانەوێت و بەیەکەوە دەژین. هەندێك کەس لەگەڵ بەرامبەرەکەی، جا چ هاوسەر بێت و چ دڵخواز، ناتوانێت تاسەر ئەمەکدار و دڵسۆز بێت: ئەو جۆرە خەڵکانە حەز بە سەرکێشی تازەو پەلامار و هێرش و داگیرکردنی تازە دەکەن. وەك ئەوە وایە زۆربەی جار بیانەوێت بیسەلمێنن بۆ خودی خۆیان کە ئەوان هەمیشە لەبەر دڵانن و زۆرانی دیکە هەن کە ئارەزوویان دەکەن، هەندێك جار ئەوەیان دەبێت بە پێویستییەکی کوشندە. هەندێك لە کەسانی دیکە دەبینن کەئەوانەی کە جێگەی متمانەی ئەوان بوون و وایان هەست دەکرد کە بە درێژایی لەگەڵیاندا دەمێننەوە، ئەوەتا دڵداری لەگەڵ خەڵکی دی دەکەن و لە پەیوەندییەکی سۆزداری تازەدا دەژین.

تۆ خۆت گەر وات بەسەر هات چی دەکەیت؟ لە پاش تلانەوەو ئازاری یەکەم، لە دوای یەکەمین تووڕە بوون هەرچە ئەوکاتە بێتە پێشێ کە ئەو هەڵوێستە هەڵبسەنگێنیت. تۆ پێویستت بەوە هەیە کە لە خۆت بپرسیت- ئەرێ من ئەو کەسەم ئەوەندە خۆش دەوێت تاوەکو خۆم ماندوو بکەم بۆ دامەزراندنی پەیوەندییەکی باشتر و بەهێزتر؟ ئەوەشیان پێویستی بە مامەڵەو گفت و گۆو لە یەکتر گەیشتنی هەردوو کەسەکە هەیەو بەتەنیا بەخۆت جێبەجێ ناکرێت. تاوەکو هەردوولاتان بەشێوەیەکی جوان و دروست و پۆزەتیڤ لەو پەیوەندییەی خۆتان ئەڕوانن و وەك شتێك کە بایەخدارە تێی ئەڕوانن و ئەتانەوێت بەیەکەوە کاری بۆ بکەن تاوەکو ڕاست بێتەوە، ئەوە چاك بزانن کە ئێوە هەردووکتان شکست دێنن.

خۆشبەختانە، زۆربەی جار زۆربەی کەپڵەکان- جووتەکان- جا چ هاوسەرین و چ دڵدار و دڵخواز مەبەستیانە جارێکی دیکە تێهەڵچنەوە و بەجووتە هەوڵێکی دیکە بدەن. ئەم قسانەی خوارەوە جۆرە هەوڵ و دەربڕینێکی لەم بابەتەن کە من خۆم گوێم لێبووەو بەڵگەی ئومێد و هیوا بوون:

(گەر تەنها ژنەکەم بتوانێت بوارم بدات و کاتێکی پترم پێببەخشێت... بەش بمانتوانیایە بە یەکەوە هەوڵێکی دیکە بدەین.. من دڵنیام کە شتەکان باشتر دەبوون گەر دایکی ئەوەندە خۆی لە کاروبارەکانمانهەڵنەقورتاندایە- دەی کەواتە.. بەڵێ .. من پڕ بە دڵ حەز دەکەم کە ئەو کچە بخوازم و هیچ کەسێکی دیکەم ناوێت)

گوێ لەم نموونەیە بگرە، حاڵەتی (مایك و ڤیکی)، کە هەردووکیان هاوڕێی منن و پتر لە بیست ساڵە دەیانناسم. گرفت و کێشەی ئەو ژن و مێردە ئەوەیە کە (ڤیکی) ئامادەیە هەمیشە ئەو لەزەت و خۆشییە تێکبدات کە (مایك)ی مێردی هەیەتی، ئەوەش وای کرد کە مێردە هەموو شتێك بەدزی و بەوپەڕی نهێنییەوە بکات، هەمیشە ژنەکەی لەو حاڵەتانەدا لە خۆی دوور بخاتەوە. ئیدی وای هەستکرد پێویستی بەوە هەیە کە لە بەردەمی ژنەکەیدا وای بنوێنێت هیچ خۆشی و لەزەتێك نابینێت لەو شتانەی کە بەڕاستی لەزەتیانی لێ دەکرد بەو مەبەستەی کە بتوانێت ئەو خۆشی و حەزو ئارەزووانە لای خۆی بپارێزێت و بەردەوام بێت و کەس لێی تێکنەدات. لە هەمان کاتدا پێی وتم کە ژنەکەی تاکە کەسێکە لە ژیانی ئەودا کە ئاسیویەتی و حەزیش دەکات لەگەڵیدا بژیت.

(ڤیکی) ژنی پێی وتم کە ئەم لەوە تووڕەو داخدارە و بریندار بووە چونکە (مایك)ی مێردی لەوە ناچێت هەرگیز حیسابی بۆ کردبێت کە ویستوویەتی شتێك بکات، وای هەست دەکرد کە مێردە هەموو شتەکانی خۆی لەلا خۆشەویستەرە ئەمی لەبەر خاتری هەواو حەزو ئارەزووەکانی خۆی فەرامۆش کردووە.

ئالێرەدا دۆخێك لە ئارادا هەیە کە دەبێت تیایدا گفت و گۆو مامەڵە و لە یەکدی تێگەیشتن بتوانێت ئەو ژن و مێردایەتییە باشتر بکاتەوە، ئەو پەیوەندییە ڕابگرێت کە بەڕاستی و لە دڵەوە هەدووکیان مەبستیانە تیایدا بمێننەوە.

بەهەرحاڵ.. گەر ئارەزوویەکی ڕاستەقینەت نەبێت بۆ سەرلەنوێ بونیاتنانەوەی ئەو پەیوەندییە و وا هەست بکەیت

که هیچ چارەسەرێکی دیکە نییە جگە لە جیابوونەوە، تەنها ئەوەت باش لەبیربێت کە هەست و سۆزەکانیش کەم دەکەنەوە و سارد دەبنەوە گەر تۆ خۆت و بەرامبەرەکەت فەرامۆش بکەیت و وازیان لیّ بێنیت. لە ڕێی بایەخدان و تازەکردنەوەی حەز و مەیل ڕووبەڕوو بوونەوەی شتەکان بە شێوەیەکی جیاوان، ئەگەر ئەوە زۆرە ژیانێکی نوێ دەست پێبکاتەوە. ئەمەیان بە تایبەتی ڕاستە بۆ هەر کارو دامێنانێکیش کە تۆ بەردەوام بیکەی بە خەم و بەدوارەی بیت.

من دڵنیام کە تۆش یەکێك هەر دەناسیت، بەلایەنی کەم، بەدەست زەماوەندێکی هەڵوەشاوە بتلێتەوە یان هەر شکەست و کۆستێکی لەم بابەتە. هەڵبەتە ئەو جۆرە کەسانە ئازاری زۆر دەچێژن، خۆ لەوانەشە وێران بن و تێکبشکێن. لەو کاتانەدا بڕوایان وابووە کە هەرگیزاو هەرگیز بەسەر ئەو دۆڕانە گەورەدا زاڵ نابن، کەچی دوای ساڵێك یان دووان، لە پاش ئەو دۆڕانە، دەیانبینیت کە زۆر بەختەوەرانە لەناو پەیوەندییەکی تازەدا جێگیرن و دەژین.

هەر پەیوەندییەك دەگمەنە و جیاوازی خۆی هەیە. شتێکی هەڵەیە و خەراپە گەر هاوسەری تازە بیەوێت پەیوەندییە تازەکانی خۆی بە پەیوەندییە کۆنەکان بەراورد بکات، لەوەدا ئازار و گوناهێکی گەورە دەکات. ئاشبێت چاوەڕێی ئەوە بکەین کە هاوسەرێکی یان هاوڕێیەکی تازەمان وەك کۆنەکە ڕەفتار بکات. ئەوان کۆمەڵە کەسانێکن کە خاوەنی جۆری ژیان و بەشداری تایبەت بە خۆیانن کە هیچ پەیوەندییەکی بە عیشق و خۆشەویستییەك نییە کە لە ڕابردوودا بووە.

دۆزینەوەی پەیوەندییەك:

ئەو کاتانەی کە کۆڕ و سیمینارم دەگێڕا لەسەر پەیوەندی و مامەڵەکردن، هەمیشە ڕووبەڕووی خەڵکانێك دەبوومەوە کە پێیان دەوتم:

(گرفتی من ئەوە نییە کە پەیوەندییەك بەرەو باشتر ببەم، بەڵکو دەمەوێت بزانم چۆن چۆنی بچمە ناو پەیوەندییەکەوە چ شتێك وا دەکات کە هەندێك لە ئافرەت و پیاوان نەتوانن هاوسەر یان هاوڕێیەکی نزیك بدۆزنەوە کە لەگەڵ ئەواندا بتوانن ژیان و خەونەکان و هیواکانیان فەراهەم بکەن و بەهەردوولا بەشداریان هەبێت لەو خەون و ئاواتانە؟ وەڵامەکەش ئەوەیە کە ئەوان وێنەیەکی سەیریان لەسەر خۆیان هەیە. ئەوان بڕوا ناکەن کەس هەبێت وەك هاوسەر، هاوڕێ، یان عاشق بەوان ڕازی بێت. وێنەی زاتی خۆیان ئەوەندە خراپ دەبینن، بەڕادەیەك، کە ئەم هەستە خراپە وەك پەیامێك دەگات بەوانی دیکە بێئەوەی ئەو کەسانە یەك وشەش لەسەر ئەو وێنە کاڵەی خۆیان بدرکێنن، ئەو وێنەیەی کە لەسەر خۆیان هەیانە. زۆربەی کات بناغەی ئەو گرفتە شەرمە.

گەرتۆ ئارەزوو دەکەیت کەسێك لە ژیانی خۆتدا بەشدار بکەیت. هەوڵبدە جەخت لەسەر دروستکردنی متمانە و بڕوا بەخۆ بوونێك بکەیت، وێنەیەکی جوان، حیساب بۆ خودی خۆت بکە و ڕێزی بۆ دابنێ. گەرتۆ خۆت خۆش نەوێت، بێئەوەی ئاگات لە خۆت بێت ئەو هەستە دەگات بە خەڵکی دەورووبەرت. پەیامێکی وا ئاشکرا و ڕوون و بە دەنگی بەرز دەگاتە گوێی خۆت: ئەو بۆ منی خۆش بوێت؟ کە من خۆم خۆش ناوێت!

من دڵنیام کە تۆ نیوەی ئەوەش خراپ و بەد نیت کە خۆت وای دەبینیت. هەر ئەوەیە کە تۆ زۆر لە خۆت ورد دەبیتەوە و هەندێك هەست و ئەستی خراپ و ناشرینت لەسەر خۆت هەیە، لە جیاتی ئەوەی ئەدگار و خەسڵەت و توانا جوانەکانی خۆت ببینیت کە هەتە.

ناسینی خەڵك و دروستکردنی پرد زۆر ئاسانترە گەر تۆ خۆت خولیا و سەرگەرمی حەزو ئارەزووەکانت بیت، ئەو شتانەی کە خۆشت دەوێن و لە زەتیان لێدەکەیت. بە تێکەڵبوون بەو شتانەی کە جێگەی بایەخی خۆتن، تووشی ئەو کەسانە دەبیت کە هەمان حەزو خولیاو ئارەزووی تۆیان هەیە. دوای ئەوە وای لێدێت کە تۆ زۆر بەسروشتی بتوانیت گفت و گۆیان لەگەڵدا بکەیت بێئەوەی هیچ فشارێکی دەروونی و عەقڵی بخەیتە سەر خۆت، بێ زۆر لە خۆکردن، بێئەوەی خۆت ماندوو بکەیت تاوەکو شتێك یان بابەتێك بدۆزیتەوە کە لەوانەیە سەرنجی ئەوان ڕابکێشێت.

گەر تۆ خولیاو حەزت لەسەر کۆمەڵەشتێك بێت، ئەوسا لە

ڕێی ئەو خولیاو حەزانە تۆ کەسێکی ڕۆح پەروەر و سەرنج ڕاکێش دەبیت. پێویستت بەوە نییە خۆت بنوێنیت و درۆ بکەیت. خەڵکی خۆیان دەیبینن و هەستی پێدەکەن. ئەگەر تۆ بە حەزو دڵگەرمانە ئەو شتانە بدوێیت کە لەلای خۆت خۆش و جوانن، ئەوە بەسە کەوا لە خەڵکانی دەوروبەرت بکات ڕووەو لای تۆ بێن و سەرنجیان ڕابکێشیت، لەم حاڵەتەدا ئەو سیحر و کەش و هەوایەی تۆلە دەوری خۆتدا دروستی دەکەیت زۆر سەیرو خۆش و ڕەنگین دەبێت.

بە پێچەوانەی بیرکردنەوەی زۆربەی خەڵکی- لەوانەیە تەواو نامەنتقیانە بێت ئەوەی من مەبەستمە دەمەوێ بیڵێم- ئێمە خۆشەویست نابین تەنها لەبەر ئەوەی کە جوان و قۆزین و خاوەن ڕوخساری شیرینین. خەڵکی کە ئێمەی خۆش دەوێت لەبەر خودی خۆمانەو ئەو خەسڵەت و ڕۆحەی هەمانە: لەبەرئەوەیە کە مەشرەف خۆش و قۆشمەچین، دۆست و هاوڕێی باشین، جوامێرین ئافرەتی خاسین، دڵسۆز و میهرەبانین، گوێگری چاکین، جێگەی متمانەین، ڕەوشت پاکین، خەمخۆرین و بایەخ بەوانی دیکە دەدەین ئەم شتانە وەك هەڵسوکەوت و ئاگادگاری جوان گەر هەمان بێت هاوڕێ و دۆستی زۆرمان بۆ پەیدا دەکات. تۆ پێویستت بەوە نییە کە قەدوباڵات جوان بێت، یان خۆت قەشەنگ بیت، جلەکانی بەرت گرانبەهابن، زۆر زیرەك یان قۆناغی زۆر درێژت لە خوێندندا تێپەڕ کردبێت تاوەکو خۆشەویست بیت. تۆ هەموو ئەو شتانەت زانیوە؟ دە چاکە.. تۆ زۆر سەرسام دەبیت کە چەندەها خەڵك هەن کە هەر بە ڕاستی بڕوایان وایە جوانی بنچینەی شادمانی و بەختەوەرییە.

تاکە خەسڵەتێکی زۆر جوان و سەرنج ڕاکێش لە هەر مرۆڤێکدا مەسەلەی شادی و بەختەوەرییە. هەرکامە بێت لەم دووانە: منداڵێکی ساوا کە لەناو عەرەبانەکەیدا دەتریقێتەوەو خەنی بووە، یان کەسێکی پیر بەوپەڕی ئاسوودەییەوە خۆی داوەتە بەرهەتاو، هەردووکیان سەرنجی ئێمە ڕادەکێشن. ئێمە گەرەکمانە نزیکتر بینەوە. بەشێوەیەك کە مرۆڤ ناتوانێت لێکی بداتەوە چۆن، بەڵام هەریەك لە ئێمە ئاواتە خوازە کە شتێك لەو خۆشی و ئاسوودەییە ئەو بگرێتەوە. ئەوەش ئەوە ڕوون دەکاتەوە کە ئەو کەسانەی عاشقن هەمیشە جوان وسەرنج ڕاکێشن. ئەرێ تۆ قەت بووکی ناشیرینت بینیوە؟

لەدواجاردا شایەنی وەبیر هێنانەوەیە کە ئێمە بەڕاستی ئەو خەڵکانەمان خۆش دەوێت کە وامان لێدەکەن هەست بە خۆمان بکەین کەرێك و پێك و چاکین، سەرنج ڕاکێشین.

ڕوانینمان بۆ دونیای دەرەوە و چوونەدەر لە زاتی خۆمان، هەوڵمان بۆ ئەوەی وا بکەین خەڵکی خۆشبەخت و ئاسوودەبن، بە تەنها ئەوە نییە کە فشارێکی گەورە لەسەر ڕۆحمان لادەچێت، بەڵکو واشمان لێدەکات کە هەست بکەین ئێمە خەڵکی چاك و جوانین.

ڕاهێنان- ڕووەو چاککردنی پەیوەندی

1-چاوەکانت دابخەو وابزانە کە بە ئارامی لەناو کورسییەکدا دانیشتووی، کورسییەکی نەرم و نیان باسکدار.. لەبەردەمتدا تەختەڕەشێکی منداڵانە و ستاندێکی - هەڵگری تابلۆی ڕەسمکردن هەن. لە لێواری پێشەوەی تەختەڕەشەکە چەندین تەباشیری سپی تازە دانراون. بۆ پێشەوە خۆت دەنووشتێنیتەوە و پارچە تەباشیرێك دەخەیتە نێوان پەنجەکانت، یەکەم پیتی ئەلفبێت لەسەر تەختەکە دەنووسیت. کە ئەوەت کرد، بە دەنگ، بەڵام بەهێواشی ئەو پیتە جونجە بکە بۆ خۆت، پاشان ئەو پیتە بسڕەوەو پیتی دوای ئەوە بنووسە. دیسانەوە لێی ورد بەرەوە، بە دەنگ پیتەکە لەگەڵ خۆتدا بڵێرەوە، بیسڕەوە، ئاواهی بەردەوام بە تا دوا پیتی ئەلفابێت... کە دوا پیتیشت سڕییەوە، هەناسەیەکی قووڵ، قووڵ هەڵمژە، کە هەناسەکەت بە تاڵ کردەوە، وا هەست بکە کە دادەخزێتە ناو دۆخی سروشتی خۆت کە دۆخی (ئەلفا) یە. تێبینی هەموو ئاماژە فیزیکییەکانی خۆت بکە لەم دۆخەدا و ئارام و هێمن پشوو بدە.

2-هەر بە خەیاڵ وابزانە کە تۆ هەڵدەستیتە سەرپێ و کورسییەکەت بە جێدەهێڵیت، دەرگای دەرەوە بکەرەوە، کە دەڕوانیت.. دەبینی کە لە دەرەوە ئێوارەیەکی دڵڕفێنەو زۆر حەز دەکەیت بۆ ماوەیەك پیاسە بکەیت. ئەو پێڵاوانە لە پێدەکەیت کە بە پێیەکانت خۆشن، چاکەتێکی سووکەڵە لەبەر دەکەیت... وەرزی بەهارە و بەدەم ڕۆیشتنەوە گەڵای سەوز و چرۆی پشکوتوو بەسەر درەختەکانەوە دەبینیت، گوڵبەهاری زەرد و ئاسك بەسەر تەپۆڵکە و دەنێو دەوەنەکان سەریان دەرهێناوە. مەلەکان لە جوکەو جریکە ناکەون، لە دوورەوە گوێت لە ناڵەی فڕۆکەیەکە. هەر ئێستا دەگەیتە دارستانێك، هێمن و پەنهان و دوور لە مەترسی. بڕیار دەدەیت کە پیاسەیەك بەناو ئەو دارستانەدا بکەیت. ئێرە زۆر خامۆش و بێقڕەیە، کە هەنگاو هەڵدەنێیت بەسەر ئەو ڕێگەیە خاکی بەرپێت زۆر نەرم ونیان دەنوێنێت، هەڵبەتە لە دوای داباریینی ئەو هەموو گەڵایە و بوونی قەوزە و کەفزەرە زۆرە، ساڵ لە

دوای ساڵ وایکردووە کە ئەو خاکە ئەرمونیان شی ببێتەوە. هەتاو لەنێو لق و پۆپی درەختەکانەو دزە دەکات، تیشک و تیرۆژی دەڕژێتە سەر ڕێگاکەی بەرپێت.. هەر زوو گوێت لە خوڕەی ئاو دەبێت و لەبەردەمی خۆتدا جۆگەلەیەکی جوان بەدی دەکەیت. تۆ دەوەستیت و سەیری ئەو ئاوە ڕوونە دەکەیت کە باق و بریق دەدرەوشێتەوە ئەو کاتەی بەسەر زیخ و چەوو بەردەکانەدا شەپۆلان دەدات... هەر هەنووکە تۆ دەگەیتە شوێنێکی زۆر ئارام و خۆش کەپڕە لە گیاوو گوڵ، لە قەراغ جۆگەلەکە، نزیک جۆگەلەکە ڕوودەنیشیت. ئەوکاتەی کە بۆ پێشەوە خۆ دەنووشتێنیتەوەو پەنجەکانت دەخەیتە ناو جۆگەلەکە، هەست بە ئاوێکی پاك و سارد دەکەیت کە بە کەلێنی پەنجەکانتا بەخوڕ دەڕوات.. زۆر هەست بە ئاسوودەیی دەکەیت.. زۆ ئارام .. زۆر حەساوە.

3–تۆ ئێستا پاڵت داوە بە قەدی درەختێکی بەرز و زەبەلاح، ئارام و هێمن، بیر لەو پەیوەندییە دەکەرێتەوە کە دەتەوێت چاکی بکەیتەوە. بیر لەو کەسە بکەرەوە کە لەناو ئەو پەیوەندییەدا بۆ تۆ جێگەی بایەخە.. ئا لەوکاتەدا لە خۆت بپرسە: ئاخۆ ئەم پەیوەندییە بۆ من چۆن و چەند گرنگە؟ من چیم لەو کەسە دەوێت؟ من بۆ لەناو ئەو پەیوەندییەدا ماوم؟ بیر لەوە بکەرەوە ئەم پەیوەندییە بە چ شێوەیەك یارمەتی تۆ دەدات. کاتێکی تێروپڕ بدە بەخۆت کە لە هەموو ڕووییەکەوە ئەم پەیوەندییە هەڵبسەنگێنیت... ئێستا ئەو قۆناغ و بوارانە هەڵسەنگێنە کە تۆ هەست دەکەیت کە بەرامبەرەکەت حیسابی بۆ هەست و نەست و سۆز و داواو پێویستیەکانی تۆ نەکردووە و تێنەگەیشتووە ئایا لەناو خود و ژیانی تۆدا بەشێك هەیە کە تێر نەکرابێت و وەڵام بە داواکانی نەدرابێتەوە؟

4–ئێستا بیر لە کەسی بەرامبەرت بکەرەوە لەم پەیوەندییەدا. لەخۆت بپرسە ئاخۆ کەسی بەرامبەر چی لە تۆ دەوێت؟ ئەرێ تۆ بەڕاستی دەزانیت کە ئەوان چییان لە تۆ گەرەکە؟ ئەرێ تۆ دەتوانیت قایلیان بکەیت و داواکانیان فەراهەم بکەیت؟ تۆ دەتوانیت وەڵام بە پێویستییەکانیان بدەیتەوە؟ ئەرێ خۆ ئەوانەیە تۆ وەك ڕۆژانی یەکەمی پەیوەندیتان خۆت ماندوو نەکەیت و وەکو جاران بایەخ بە بەرامبەرەکەت نەدەیت و لەو حەزو خولیایە وەستابیت؟ لە خۆت بپرسە: بە چ شێوەیەك پەیوەندی من و ئەو .. هەر هەموو شتەکانی نێوانمان جوانتر و چاکتر دەبێتەوە.؟

5–لەو کاتەی کە تۆ هێشتا لە قەراغ جۆگەلەکە پاڵت لێداوەتەوە، هەر بە خەیاڵ وا بزانە کە ئەو کەسەی خۆش دەوێت لە دوورەوە دێت و دەردەکەوێت. تۆ دەست هەڵدەشەقێنیت و بانگی دەکەیت، هەر بەناوی خۆی، ئەوکەسە لێت نزیك دەبێتەوە و دێتە لات. لە نزیکەوە لەو ڕووخسارە ڕادەمێنیت کە پێی ئاشنای، ئەو شتانە کە زۆر جوان بوون لە نێوان تۆو ئەودا یادیان دەکەیتەوە، هەموو ئەو شتە خۆشانەی بەیەکەوە تیایدا بەشدار بوون، بیرت دەکەوێتەوە کە یەکەمجار بەیەکەوە بوون چۆن چۆنی بوو، تۆ دەکەویتە گفتوگۆ بە جۆرێك کە هەرگیز بەر لەو کاتە شتی وات نەکردبێت، بێئەوەی ئارەزوو بکەیت هێرش بکەیتە سەر بەرامبەرەکەت یان بێئەوەی بتەوێت بەرگری لە خۆت بکەیت. تۆ بەڕاستی دەتەوێت بزانیت ئەو کەسەی بەرامبەرت (نێر بێت یان مێ) چی لە تۆ دەوێت وامەست بکە کە پەیوەندییەکە ئەشونما دەکات و دەژێیەتەوە.

هەست بکە کە تۆ خۆشبەختی و کامەرانی بەرامبەرەکەت لەلا گرنگە و دەتەوێت بایەخی پێبدەیت. بیروبۆچوون و هەست و نەستی خۆتی بۆ دەربڕە و لێبگەڕێ کە لەگەڵتدا بەشدار بێت، هەست و سۆزی خۆتی بۆ شی بکەرەوە، لەگەڵ هەمو داواو پێویستییەکانت.

6–بڕیاربدە هەر ئێستا کە لەگەڵ ئەم کەسەدا لەسەر ئاستی هوشیاری و ئاگایی لە هەموو ئەم شتانە بدوێیت هەر کاتێك کە هەل و بوارتان بۆ ڕەخسا. تەواو بڕیار بدە کە تۆ ئارەزووتە ئەم پەیوەندییە جوانتر و باشتر بکەیت.

7–ئەوکاتەی تۆ زۆر شت لەم ئەزموونەوە فێر دەبیت، بەهێمنی بە خۆت بڵێ: من ئیتر لەمەودوا هەرچییەکم پێبکرێت دەیکەم تاوەکو پەیوەندی و پردی نێوانمان دروست بکەمەوە و شتەکان باشتر بن. پەیوەندیمان تا بێت گەرمکە ڕووەو جوانتر ئەش و نوما بکات.

8–بەهێواشی و لەسەرخۆ لە پێنجەوە بەرە خوار بژمێرە تا دەگەیت بە ژمارە یەك، چاوەکانت بکەرەوە، بەچواردەوری خۆتداو بەناو ژوورەکەدا چاو بگێڕە و جوان جوان خۆت لێك ڕاکێشەرەوە. سەبارەت بە توانای خۆت گەشبین بە کە تۆ دەتوانیت لەسەرێی گفت و گۆو دروستکردنی پرد پەیوەندییەکەت چاکتر و جوانتر بکەیتەوە.

سەرچاوە:

Are you in Control?
Wendy Grant/ Reprinted 1998 (pages 87-100).

دژە سکپڕبوون

دکتۆرە پرشنگ عەبدول
هۆڵەندا

دژە سک پڕبوون چیە؟ What is anticonceptive

دژە سک پڕبوون بریتیە لە بەکارهێنانی چەند ڕێگایەک کە نامێنێت ژن سکی پڕبێت، یا دەتوانین بڵێین (بەرنەگرتن) بەهۆی دژە سک پڕبوونەوە مرۆڤ دەتوانێت زاڵ بێت بەسەر ئەوەدا کە کەی خۆی دەیەوێت سکی پڕببێت. بۆ ئەم مەبەستەش چەند ڕێگایەکی تایبەتی بەکاریەت بۆ ژن یا بۆ پیاو کە ئەو ژنە دەپارێزێت لەسک پڕبوون بەبێ هەڵوەستەی خۆیی.

1-ڕێگایەکی کورت: بۆ ماوەیەکی کورت بەکاردێت ئەویش بەکارهێنانی کۆندۆمە condoom تورەکەیەیی لاستیکە و بۆیەک جار بەکاریەت لەلایەن پیاوەوە بۆ ئەوەی نەمێڵێت تۆوی پیاوەکە برژێتە ناو زێی ژنەکەوە بەمۆیەوە ڕێ لە دروست بوونی منداڵ دەگیرێت، یا بە شێوەی حەب کە ئافرەت دەبێت هەموو ڕۆژێک بەکاریبهێنێت. ئەم جۆرانە کاتین و ژن خۆی دەتوانێت بیوەستێنێت هەرکاتێک ویستی منداڵ دروست بکات.

2-ئەو ڕێگایانەی کە زۆرتر دەخایەنن بۆ دژی سک پڕی وەک بەکارهێنانی پلاستەر یا دەرزی لەخۆدان، بەپێی داخوازی ئەو مرۆڤانەیە کە دەتوانن بۆ ماوەی چەند دەیانەوێت منداڵ دروست نەکەن.

3-ڕێگای کاتی (پاکژکردنەوە) Sterilization

ئەم ڕێگایانە مرۆڤ خۆی دەبێت هەڵی بژێرێت کامیان دەگونجێت بۆی ئەویش دەکەوێتە سەر بۆماوەی چەند دەیەوێت منداڵ دروست نەکات چ جۆرە ڕێگایەک دەگونجێت بۆ لەش، زۆر جاریش پزیشک یارمەتی دەدات.

چۆن بڕوا بە دژە سک پڕبوون دەکرێت؟

دەتوانین بڵێین هیچ جۆرە دژە سک پڕبونێک 100٪ بڕوای پێ ناکرێت کە ژن بپارێزێت لەسک پڕبوون، بەڵام هەندێک ڕێگا هەیە کە 99.9٪ بڕوای پێ دەکرێت. هەرچەندە ئەمیش وەستاوەتە سەرئەو مرۆڤە خۆی کە بەکار دەهێنێت وەک حەب خواردن یا بەکارهێنانی پلاستەر، کە زۆر بڕوای پێ دەکرێت یا بەکارهێنانی هۆرمۆن کە زۆر جێگای بڕوایە. کەواتە دەتوانین بیکەین بەسێ بەشەوە:

أ-کە زۆر جێگای بڕوایە لە نێوان 99.5٪ تا 99.9.

ب-کە جێگای بڕوایە لە نێوان 95 تا 99.5٪.

ج-کەمتر جێگای بڕوایە 95٪.

چۆن دەزانێت کام ڕێگابۆت باشە یا بۆت دەبێت؟

ج جۆرە دژە سک پڕبوونێک بۆت باشە، ئەمە شتێکی تایبەتە بەو مرۆڤە کە بەکاری دەهێنێت وەستاوەتە سەر:

1–جۆری ژیانی ئەو مرۆڤە (بۆچی نەیەوێت منداڵ دروست نەکات).

2–بۆ ماوەی چەند ساڵ نەیەوێت منداڵ دروست نەکات.

3–کام جۆر لەو ڕێگایانە لەگەڵ لەش و تەندروستی ئەو مرۆڤەدا دەگونجێت.

دژە سک پڕبوون بەهۆی هۆرمونەوە

هورمون یارمەتی ژن دەدات ئەم هۆرمونەش وا لە هێلکەکانی ژن دەکات کە توانای بەرگرتنی نەمێنێت دەکرێت بەدوو بەشەوە:

یەکەمیان بریتیە لە هۆرمۆنی پرۆجیستۆن Progestageen، دووەمیان هۆرمۆنی (Progestageent Oestrogeen) هۆرمۆنی Progestageen نامێڵێت سک پڕبێت بەڵام هۆرمۆنی Oestrogeen سوڕی مانگانە ڕێک دەخات و ئازاری سوڕی مانگانەش کەم دەکاتەوە.

ئەم هۆرمۆنەش بەشێوەی حەب (pil)ژن 21 ڕۆژ یا سێ هەفتە ڕۆژی یەک جار یەک حەب وەربەگرێت سەری چوارەم هەفتە دەوەستێت و دەکەوێتە سوڕی مانگانەوە بەڵام جۆری یەکەم دەبێت هەموو ڕۆژێک بەکاربێت بەبێ وەستان ژن ناتوانێت کۆنترۆڵی خولی مانگانە بکات خوێنیش کەمتر ببێت تا ماوەی 6 مانگ دوای ئەم ماوەیە ناکەوێتە سوڕی مانگانەوە لەبەر ئەوە ژن بڕوای بەخۆی نابێت کە سکی هەیە یان نا.

دژە سک پڕبوون بۆ ماوەیەکی کورت کاردەکات:

حەب کە دوو جۆر هۆرمۆنی تێدایە وەک باسمان کرد دەبێت بۆ ماوەی 21 ڕۆژ بەکاربێت دوای ئەوە بۆ 7 ڕۆژ بەکارنایەت و ژنەکە دەکەوێتە سوڕی مانگانەوە لەو هەفتەیەشدا سک پڕ نابێت. دوای ئەوە دیسانەوە دەست بەوەرگرتنی دەکاتەوە. گرنگترین باشی ئەمەش ئەوەیە کە زۆر جێگای بڕوایە لەبەشی ا دادەنرێت 99.9 بڕوای پێ کراوە خراپی ئەم ڕێگایە ئەوەیە دەبێت هەموو ڕۆژێک لە بیرت بێت.

یا حەب یەک جۆر هۆرمۆنی تیایە Progestageen وەک حەبی Crazefte ئەم جۆرە دەبێت هەموو ڕۆژێک وەربگرێت بەبێ وەستان تەنانەت لەکاتی شیرداندا ئەم جۆرە جێگای بڕوایە ئەگەر ئەو مرۆڤە بەپێ نوسراو بڕوا کە پزیشک بۆی داناوە. جێگای بڕوایە کە لەبەشی ب دادەنرێت99.5٪.

دژە سک پڕبوون بۆماوەی درێژخایان

1-Evra هەفتەیی

جۆرێکە لە دژە سک پڕبوون بەهۆی پارچە پلاستەرێکەوە (Evra) کە هورمون دەدات بەلەش ئەم پارچە پلاستەرە دەنوسێت بە پێستەوە لە هەر جێگایەکی لەشدا تەنیا لە ژێر بن باڵ و ژێر ڕان و مەمک نادرێ. بەهۆیەوە لەش دوو جۆر هۆرمۆنی تێ دەچێت کە دژی سک پڕبوونە.

هەر هەفتەی جارێک دەبێت ئەم پلاستەرە بگۆڕێت بۆ پارچەیەکی تازە دوای سێ هەفتە دەبێت بوەستێت چوارەم هەفتە بەکارنایەت و ئەو ژنە دەکەوێتە سوڕی مانگانەوە، دوای ئەم هەفتەیە دەبێت دیسان دەست پێبکرێتەوە ئەم جۆرە بڕوای پێ دەکرێت و لەبەشی ا دادەنرێت هەفتەی یەک جارەو چاریشت لێیە بیرت ناچێت.

2-دژە سك پڕبوون بۆ ماوەی مانگ

Nuvaring ئەم جۆرە دژە سك پڕبوونە پێك هاتووە لە مادەیەكی دەستكرد لە شێوەیەكی بازنەیی دەخرێتە ناو لەشی ئافرەتەوە. ئەم بازنەیە هەمو ڕۆژێك تۆزێكی نەگۆڕاو لە دوو جۆر هۆرمۆن دەدات بە لەش كەناهێڵێت سك پڕبێت دوای سێ هەفتە دەبێت ئەو مرۆڤە خۆی ئەم بازنەیە دەرهێنێت لە چوارەم هەفتەدا بەكارنایەت و دەكەوێتە سوڕی مانگانەوە، دوای ئەم هەفتەیە دەبێت جارێكی دی و بازنەیەكی تازە بەكارهێنێت، دانانیش زۆ ئاسانە مرۆڤ خۆی دەتوانێت داینێو دەریهێنێت، باشترین سودی ئەم بازنەیەش ئەوەیە كە زۆر جێگای بڕوایە لەبەشی ا دادەنرێت و مانگی جارێك بەكاریەت.

3-دژە سك پڕبوونی سێ مانگ؛

Depo-provera. ئەم جۆرە پێك هاتووە لە یەك جۆر هۆرمۆن ژن بەشێوەی دەرزی لە خۆی دەدات. ئەم دەرزیەش ڕێگا لە سك پڕبوون دەگرێت بۆ ماوەی سێ مانگ بەڵام ئەو مرۆڤە ناتوانێت سوڕی مانگانەكەی كۆنترۆڵ بكات بۆ 6 تا 12 مانگ، ئەم ڕێگایە جێگای بڕوایە لەبەشی ا دادەنرێت بەڵام خراپی ئەم جۆرە ئەوەیە ئەو مرۆڤەی كە پێ‌ی ناكەوێت ناتوانرێت ئەم هۆرمۆنە لە لەش دەربهێنرێتەوە دەبێت تا سێ مانگ چاوەڕوان بكات تا كاری هۆرمۆنەكە تەواو دەبێت.

4-دژە سك پڕبونی سێ ساڵی

Implanon بریتیە لە پارچەیەكی چەماوە لە شێوەی دەنكە شقارتەو گەورەتر كە دەخرێتە ژێر پێستی بن باڵەوە. ئەم پارچەیەش یەك جۆر هۆرمۆنی بەڕێژەیەكی نەگۆڕ دەكاتە لەشەوە ئەم هۆرمۆنەش Progestageen بۆ ماوەیی سێ ساڵ ناهێڵێت ئەو مرۆڤە سكی پڕ بێت. سودەكەش ئەوەیە ئەو مرۆڤە تا سێ ساڵ بیرناكاتەوە لە منداڵ بوون؛ بەڵام دانان و لابردنی دەبێت لە ژێر چاودێری پزیشكدا بێت

5-دژە سك پڕبوونی پێنج ساڵی؛

Mirenaبریتیە لە زەنبەلەكێك لە شێوەی T كە پزیشك دەیخاتە ناو منداڵدانەوە ڕێگا لەسك پڕبوون دەگرێت، ئەم زەنبەلەكە یەك جۆر هۆرمۆنی هەڵگرتووە. ڕۆژی تۆزێك دەكاتە منداڵدانەوە كاردەكاتە سەر لینجی ناو منداڵدان ناهێڵێت تۆوی پیاوەكە توانای پیتێنەكەی بمێنێت. دوای پێنج ساڵ دەتوانێت فڕێ‌ی داو ئەگەر ویستی جارێكی دی و یەكێكی تازە دابنێت ئەم جۆرەش جێگای بڕوایە لە ئازاری سوڕی مانگانەش دوری دەخاتەوە ئەو هۆرمۆنەی بەم ڕێگا یەتە لەشەوە 60 تا 55٪ جار كەمترە لەوەی بەشێوەی حەب وەردەگرێت.

6-دژە سك پڕبوونی پێنج ساڵی بەبێ هۆرمۆن؛

Ioperspiraal ئەمیش لە شێوەی زەنبەلەكدایە دەخرێتە ناو منداڵدانەوە بۆ پێنج ساڵ كار دەكات ناهێڵێت سك پڕبێت بەڵام ئەم جۆرە هۆرمۆنی هەڵنەگرتووە. كاردەكاتە سەر تۆی پیاوەكە و ناهێڵێت تۆوەكە لەگەڵ هێلكەی یەك بگرێت كەم جار هێلكە لە دەستی ڕزگاری دەبێت و دەپیتێنرێت ژنەكە دیسان ئەمیش جێگای بڕوایە لەبەشی ا دادەنرێت خراپی ئەم جۆرە ئەوەیە سوڕی مانگانە دور و درێژ دەكاتەوە ئازاریشی لە ئاسایی زۆرترە دانان و لابردنی لە ژێر چاودێری پزیشكدایە.

دژە سك پڕبوونی كاتی پاكژكردنەوە؛

sterilization ڕێگایەكی بڕواپێكراوە بۆ ئافرەت و بۆ پیاو كە ناهێڵێت منداڵ دروست ببێت بۆ پیاو بریتیە لە داخستنی Ovabloc تورەكەی تۆو كە توانای پیتاندنی ناهێنێت بۆ ئافرەت داخستنی هێلكەدان بەهۆی بەكارهێنانی مادەیەكی سڕكەرەوە ئەم كردارەش دەبێت لە بیمارخانە و لە ژێر چاودێری پزیشكدا بكرێت ئەگەر مرۆڤ ئەم ڕێگایەی هەڵبژارد ئەوە توانای منداڵ دروستكردنی زۆركەم دەبێت ئەم ڕێگایەش بۆ ئەو مرۆڤانەیە كە منداڵیان زۆرە یا گرنگ نیە لایان منداڵ دروست بكەن وەك بەهۆی هەندێك نەخۆشی كۆنەندامی زاوزێ یان نەخۆشی ئایدزەوە. ئەم ڕێگایە بۆ پیاو جێگای بڕوایە و لە بەشی ا دادەنرێت بەڵام بۆ ژن لەبەشی ب دادەنرێت.

ئەو ڕێگایانەی دی كە دژە سكپڕبوون بەكارنایەت

ئەم ڕێگایە ژن بەكاردەهێنێت چونكە هەر مانگێك چەند ڕۆژێكی تێدەكەوێت كە سك پڕنابێت كەپێی دەوترێت ماوەیەكی سەربەست لەسك پڕبوون بەڵام تەنگو چەڵەمەی ئەم ڕێگایە ئەوەیە كە هەموو ژنێك ناتوانێت بەكاریبهێنێت چونكەسوڕی مانگانەی هەموو ژنێك 28 ڕۆژ نیە یا ڕێك وپێك نیە لەبەرئەوە زۆر بڕوای پێ ناكرێت، ئەم ڕێگایە دەتوانرێت جێگای بڕوابێت ئەگەر ئەو ژنە ئامرازێكی تایبەتی هەبێت كە پلەی گەرمی دەمی منداڵان پێ بپێورێ، یا پێوانی چڕی لینجی دەمی منداڵان بە ئامرازێكی كۆمپیوتەری بچوك وایە ئەم ڕێگایە زۆر بڕوا پێ نەكراوە لە بەشی C دادەنرێت.

SAN Stichting Anticonceptie Nederland 2004

کێشەکانی ژن پێش کەوتنە سەرخوێن

premenstrual Syndrom (PMS)

دانا قەرەداغی

کۆمەڵە گۆڕانێکی تایبەتە بە هەندێك ژن پێش ئەوەی بکەونە سەر خوێنی مانگانە بە هەفتەیەك یا دوو هەفتە و زۆریش لە 35٪–45٪ی ژن دەگرێتەوە لە تەمەنی 32–42 ساڵی یا کەمێك کەمتر.

هۆیەکانی ئەم گۆڕانانە بە تەواوی نازانرێت، بەڵام گومان لەوەدانیە باری دەرونی و ڕەفتار و میتابولیزمی خۆراك و گۆڕانکاری لە هۆرمۆنەکانی لەشدا ڕۆڵی خۆیان دەبینین، سەرەڕای مادەی سیرۆتۆنین serotonin کە دەماخ دەیڕێژێت کە ڕۆڵیکی دیاری لەم بوارەدا هەیە و بۆ ئەمەش تەمەن و وەستاندنەوە لە بەکارهێنانی حەپی دژە سکپڕی و کێشەکانی ژیانی ڕۆژانە و توشبونی خەمۆکی ڕۆڵی خۆیان هەیە

نیشانەکانی:

کۆمەڵە نیشانەیەکی جەستەیی و دەرونین بە هەفتەیەك تا دوو هەفتە هەموو مانگێك لەو ژنانە دا پێش کەوتنە سەرخوێن دەردەکەوێت کە هەر هەمویان یا زۆربەی زۆریان لەگەڵ یەکەم دڵۆپە خوێنی سوری مانگانەدا نامێنن.

دەتوانین نیشانەکانیش بەم شێوەیە دیاری بکەین، هەستکردن و بە وەرسی، گۆڕانێکی زۆر لە سروشتی کەسەکەدا، دڵەڕاوکێ، خەمۆکی، بە کەمی سەیری خۆکردن هەست بە ماندوییەتی وشەکەتی و سەریەشە، دڵتێکەڵهاتن و

ڕشاندنەوە و کرژبون و خاوبونەوەی ناوچەی سك، گۆڕان لە ئارەزوکردنی خۆراکدا بە شێوەی قێزهاتنەوە لە هەندێك جۆر خۆراك یا حەزکردنێکی زۆر لە هەندێك خۆراکی تایبەتی زۆریش خۆراکی سوێر یا تفت یا ترش، سەریەشە، وردە ئازار لە مەمکەکاندا، دڵ لێدانێکی زۆر، سەرگێژبون، کێشە لە کۆئەندامی هەرسدا، شەرانگێزی، ئارەزوکردنی زۆری سێکسی ئەمانە هەمویان نیشانەی سروشتین و وەك وتمان لەگەڵ کەوتنە سەرخوێنەوە هەمویان دەڕەوێنەوە و نامێنن، بەڵام ئەگەر ژن هەستیکرد زۆرجار ئەو نیشانانە ژیانی لێ دەشێوێنن و ناتوانێت بە تەواوی کاروبارەکانی ئەنجام بدات یا کۆنترۆڵی خۆی بکات یا لە دوای کەوتنە سەرخوێنیش نیشانەکان و هەر دەمێنن و لاناچن، وا باشە خۆی پیشانی پزیشکەکەی بدات.

دیاریکردن:

پزیشك بۆ دیاریکردنی تەواوی حاڵەتەکە زۆرجار پرسیار دەربارەی مێژوی سەرهەڵدانی هەریەك لە نیشانەکان و کاتی پەیدا بون و شێوەیان و ئەو ڕۆژانەی لە هەموو مانگێکدا دوبارە دەبنەوە، دەکات.

ئەگەر پزیشکەکە هەستی کرد کە دوبارەبوونەوەی ئەو نیشانانە بەردەوام لە هەفتەکانی پێش کەوتنە سەرخوێندا ڕوو دەدەن، ئەوا دەزانێت کە کێشەکانی پێش کەوتنە سەرخوێن و بەشێوەیەکی سروشتیان دەزانێت و بەو پێیە چارەسەریش دیاری دەکات.

چارەسەر:

بۆ ئەم مەبەستە پزیشکەکان گەلێك چارەسەریان دیاریکردوە، بەڵام تا ئێستا چارەسەرێکی گونجاوی پڕاوپڕیان نەدۆزیەوەتەوە بەڵام ئەم هەنگاوانەی خوارەوە زۆر بە سودمەند دەزانن.

1-ئەو ژنانەی بەهۆی کارو فەرمانەوە پەستانێکی زۆریان لەسەرە، وا باشە لە ڕێگای وەرزشەوە، هەوای قوڵ هەڵمژن و خۆیان لە سەر خاوکردنەوەی جەستە ڕابهێنن و لەم بارەیەشەوە شێلان و نوستنی تەواو و گوێگرتن لە موسیقا گەرماوی گەرم سودیان زۆرە.

2-خواردنی ئەو خۆراکانەی ئەم ڤیتامین و کانزایانەیان تێدایە زۆر بەسودە، یان وەرگرتنیان بە شێوەی حەپ یا شروب: کە بریتین لە:

ڤیتامین B6 100ملگم کاردەکات بۆ کەمکردنەوەی هەست بە هیلاکی و خەمۆکی و تەنگژە.

ڤیتامین A 100 یەکەی نێو دەوڵەتی کاردەکات بۆ کەمکردنەوەی ئازاری مەمکەکان کالسیۆم 1000 ملگم یارمەتی نەمێشتنی خەمۆکی و ئازارەکانی جەستە دەدات.

مەگنسیۆم 400 ملگم یارمەتی نەمێشتنی ئازار دەدات و سروشتی مرۆڤەکە چاك دەکات و هێزکردن سروشتی دەکاتەوە.

3-بەردەوام بون لەسەر ڕاهێنانی وەرزشی یارمەتی ژن دەدات کە ئەو نیشانانەی کەم ببنەوەو هەست بە کرانەوە و ژیانێکی خۆش بکات.

دەرمان:

1-دەرمانەکانی میزپێکردن یارمەتی بەریونی میزی پەنگ خواردو لە جەستەدا دەکات و هەڵئاوسان و پەنمان کەم دەکاتەوە.

2-دەرمانەکانی دژە پرۆستا گلاندین (پێکسهاتوی ترشەڵۆکین زۆر لە هۆرمۆنەکان دەچن و دەتوانن لە چەوریدا بتوێنەوە) وەك موترین Motrin زۆر یارمەتی لەناوبردنی سەریەشەو گێژخواردن و ئازاری ماسولکەکان و کرژبون و کۆڵنجکردن دەدات.

3-حەپەکانی دژە سکپڕی یارمەتی لابردنی بارە هەستیارەکانی ئەم نیشانانە دەدەن، بەڵام پێویستە هەڵبژاردنی ئەم حەپانە لە ژێر چاودێری پزیشکدابن، چونکە هەمویان ئەو ئەنجامانە نادەن بە دەستەوە.

4-هۆرمۆنی پرۆجسترۆن بە تەنها بۆ هەندێك ژن بەسودە.

5-دژە خەمۆکیەکانی وەك زولوفت Zoloft و پروزاك prozak ئەو خەمۆکیە ناهێڵن کە لەگەڵ ئەم نیشانانەدا دەردەکەوێت.

چارەسەری دەرونی:

زۆر بەسودە بۆ کرانەوەی کەسەکە و لابردنی دڵەڕاوکێ و ماتی و ڕەواندنەوەی خەفەت و تەنگژەکانی، هەروەها یارمەتیدەرە بۆ کۆنترۆڵکردنی شکستی و هەستی بە ناڕەحەتی و گۆشەگیری.

خۆپاراستن:

خواردنی ئەو خۆراکانەی چەوری تێریان کەمە و پڕن لە مادە پاقلەمەنیەکان و سەوزە و میوە و کەمکردنەوەی شەکر لە خواردن و خواردنەوەدا هەروەها دورکەوتنەوە لە خواردنی خوێ و کافائین، و خودانە وەرزشی ڕێکوپێك و بەردەوام.

ئەنشتاین و ڕەهەندی چوارەم

نوسینی: دکتۆر ئەحمەد مەدحەت
پەرچڤەی: جەمال محەمەد ئەمین

کات ئەو ڕەهەندەی (دووری) چوارەمەیە کە ئەنشتاین زیادی‌کرد بۆ سێ دووریەکانی شوێن کە بریتین لە درێژی و پانی و بەرزی چونکە تەنەکان لە جوڵەیەکی بەردەوامدان، بەپێی فیزیای کلاسیکی دوو هۆکاری بنەڕەتی هەن کە پێویستە ڕەچاو بکرێن کاتێك باس لە جوڵەی تەنێك دەکرێت لە بۆشایدا، یەکەمیان شوێنەکە بە سێ دووری درێژی و پانی و بەرزی دیاری دەکرێت، دووەمیشییان کاتە کە بریتیە لەو ماوەیەی تەنێك دەیخایەنێت لە جوڵەکەیدا لە شوێنێکەوە بۆ شوێنێکی دیکە، بەپێی تیۆری ڕێژەیی تایبەتیش کە زانای ئەڵمانی ئەمریکی ئەلبرت ئەنشتاین لە ساڵی 1905دا دایڕشت پەیوەندیەکی بەتین هەیە لە نێوان کات و شوێندا کە هەرگیز ئەو دوانە لەیەکتر جیاناکرێنەوە چونکە هەموو تەنەکان لەم گەردوونەدا لە جوڵەیەکی بەردەوامدان بۆیە شوێن دەگۆڕێت بە گۆڕانی کات بۆیە دەبێت کات دابنرێت بە دووری چوارەم و زیاد بکرێت بۆ سێ دووریەکەی دی کە درێژی و پانی و بەرزین و بریتین لە شوێن.

دەکرێت کە پەیوەندی نێوان شوێن و کات ڕوون بکرێتەوە لە ڕێگای ئەم نموونە سادەیەوە، لە ئەم ساتەدا ئێمە لەگەڵ زەویدا بەخێراییەکی گەورە کە دەگاتە 1000کم/ کاژێر بە دەوری تەوەری زەویدا دەخولێینەوە بە هۆی خولانەوەی زەوییە بە دەوری تەوەرەکەیدا، هاوڕێ لەگەڵ جوڵە بەخولەکەی گۆی زەوی و لە هەمان ساتدا ئێمە و زەویش بە خێرایی نزیکەی 100 هەزار کیلۆمەتر لە کاژێرێکدا بەنێو فەزادا گوزەر دەکەین و لە هەمان ساتیشدا لەگەڵ خۆردا بە خێرایی 800 هەزار کم لە کاژێردا بە دەوری ناوەندی مەجەڕەی ڕێگای شیریدا دەخولێینەوە، هەروەها مەجەڕەی ڕێگای شیری بەخۆی و خۆر و زەوی و ئێمەوە بە خێراییەکی گەورە بە فەزادا دەڕۆن، واتە ئەگەر بمانەوێت کە شوێنی

خۆمان دیاریبکەین لەم گەردوونەدا بە گوێرەی هەرشتێکی دیکەوە ئەوا دەبێت ئەو کاتەش دیاریبکەین کە دیاریکردنی شوێنەکەی تیادا ئەنجام دەدەین، چونکە هەر بە کۆتایی هاتنی شوێن دیاریکردنەکەمان ئەوا شوێنی ئێمەو (زەوی)و خۆرو مەجەرەکەمان گۆڕاو دەبێت، بۆیە شوێن دیاریکردنەکەمان وورد نابێت ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە هەرگیز نابێت کە باس لە کات بکەین بەبێ شوێن و باس لە شوێن بکەین بەبێ ئەوەی باس لەکات بکەین هەر بۆیە زاراوەی (شوێنکات) واتە (الزمكان) باشترین گوزارشە لەو پەیوەندیەی نێوان کات و شوێن کە بەلای ئەنشتاینەوە دیاریکردنی پنتێك لەم گەردوونەداو ساتی دیاریکردنی ئەو پنتە وابەستەی یەکن و یەك شت دەردەخەن. لەوانەی پێشەوە بە ڕوونی بەیەکداچون و تێکهەڵکشانی شوێن و کات دەردەکەوێت بۆیە کاتێك سەیری ئەستێرەیەك دەکەین ئەوە لەم ساتەدا نایبینین بەڵکو ئەستێرە کە لە پێش ئێستادا دەیبینین، بۆ نمونە نزیکترین مەجەرە لە ئێمەوە مەجەرەی (ئەندرۆمیدا)یە کە 2 ملیۆن ساڵی ڕووناکی لێمانەوە دوورە هەربۆیە ئەو ڕووناکیەی لەو مەجەرەیە و دەگاتە ئێمە ڕووناکی ئێستا نیە بەڵکو ئەو ڕووناکیە دەگەڕێتەوە بۆ دوو ملیۆن ساڵ لە مەوبەر کە هێشتا مرۆڤ لەسەر زەوی جێ نشین نەکرابوو، واتە ئێمە ئەو مەجەرەیە لە ئێستا نابینین بەڵکو مەجەرەکە پێش 2 ملیۆن ساڵ لەمەوبەر دەبینین و هیچ زانیاریەکمان نیە دەربارەی ئێستا و نازانین ئەو مەجەرەیە لە کوێدایە و چی بەسەر هاتووە؟ هەروەها ئەو ڕووناکیەی کە لەو تەنە ئاسمانیانەی بە (کوازارەکان) دەناسرێن و بە هەزاران ملیۆن ساڵی ڕووناکی لێمانەوە دوورن، ئێستای ئەو تەنانەمان بۆ دەرناخەن بەڵکو ملیۆنەها ساڵ پێش ئێستا کە هێشتا زەوی بەدی نەهێنراوە ئەو تەنانە بەو جۆرە دەرکەوتوون، بەڵام ئێستا هیچ دەبارەیان نازانین، لە کوێدان و چیان بەسەر هاتووەو ماون یان گۆڕاون بە تەنێکی دیکە؟!.

و نەبێت کە ئەو نموونانە تەنها تەنە ئاسمانیەکان بگرنەوە کە ئەوانە زۆر ڕوون و ئاشکران، بەڵکو ئەو نموونانە سەر زەویش دەگرنەوە بۆ نمونە کاتێك بەرێزت سەیری هاوڕێکەت دەکەیت کە تەنها چەند مەترێك لێتەوە دوورە با سێمەتر بێت ئەوا جەنابت هاوڕێکەت نابینی لە (ئێستا)دا بەڵکو ئەو دەبینی پێش (10^{-8}) چرکە ئەمەش کاتی پێویستە بۆ گەڕاندنەوەی ڕووناکی لەو هاوڕێیەتەوە بۆ بەڕێزت! لێرەوە دەگەینە ئەوەی کە ووشەی ئێستا مانایەکی ووردی نامێنێت، هەرچەندە جیاوازیەکی زۆرکەم هەیە لە نێوان ئێستای هاوڕێکەت و (10^{-8}) چرکە پێش ئێستا بەڵام ئەو جیاوازیە زۆر گەورە دەبێت بۆ ئێستای کوازرێك و 4000 ملیۆن ساڵی ڕووناکی پێش ئێستای!.

زانای فیزیکی ئەڵمانی و مامۆستای ئەنشتاین (هێرمان مینکۆفسکی) زۆر بە جوانی باس لەو بەیەکداچونەی شوێن و کات دەکات و دەڵێت: لە ئێستا بە دواوە ووشەی (کات) بە تەنها و ووشەی (شوێن) بە تەنها دوو ووشەی خەیاڵین و هیچ بوونێکیان نابێت، بەڵام بەیەکبوونیان ئەوا مانای بوونی ڕاستیان دەگەیەنێت.

واتە دەبێت (کات) وەك دووری چوارەم زیادبکرێت بۆ سێ دووریەکانی شوێن کە درێژی و پانی و بەرزین، دەتوانین لە ڕێگای بیرکاریەوە هەژماری هەرچوار دووریەکە بکەین بەڵام بە وێنە ناتوانین لە سێ دووری شوێن زیاتر وێنەکێش بکەین، کە دەوترێت (کات) دووری چوارەمە مەبەست ئەوە نیە کە (کات) دووری چوارەمی شوێنە، بەڵکو مەبەست ئەوەیە کە بۆ (کات) نرخێکی دیاریکراو دەبێت لە دیاریکردنی شوێنی تەنێکدا، کەلای زۆربەی خەڵك تێگەیشتن لەو چەمکە گرانە، بەڵام بە نموونەیەکی ئاسان ئەوە ڕوون دەکرێتەوە، ئەگەر بمانەوێت شوێنی فڕۆکەیەکی تیژڕەو کە بەسەر ئۆقیانوسی ئەتڵەسیدا دەفڕێت دیاری بکەین ئەوا دەبێت سێ دووری درێژی و پانی و بەرزی فڕۆکەکە دیاری بکەین، لە ڕێگای هێڵەکانی پانی و درێژی گۆی زەویەوە کە لە خاڵێکدا یەکتر دەبڕن، درێژی و

پانی شوێنی فڕۆکەکە دیاری دەکەین ئینجا بەرزی فڕۆکەکەش پێوانە دەکەین بەلام هەر بە تەواوکردنی پێوانەکردن و دیاریکردنەکە فڕۆکەکە لە شوێنی خۆی نامێنێت بۆیە پێویستە (کاتی) دیاریکردنی شوێنەکەش دیاریبکەین و بڵێین لە کاتژمێری ئەوەندە شوێنی فڕۆکەکە ئاوابووەو لە کاتژمێر ئەوەندە ئەوە شوێنەکەی بووە

گرنگی ڕەهەندی چوارەم:

گرنگی دووری چوارەم (کات) زیاد دەکات بە تایبەتی لەو کاتانەی کە لێکۆڵینەوە لەسەر ئەو تەنانە یان تەنۆلکانە دەکرێت کە خێراییان زۆر زۆرە. ئەو گرانییەی کە دێتە بەردەمی کاتێك باس لە دوری چوارەم دەکەین هەمان ئەو گرانییە کە دێتە بەردەم کەسێکی وا کە لە ڕووتەختێکدا بژی کە تەنها دوو دووری درێژی و پانی هەبێت و هیچ دەربارەی دووری سێیەم (بەرزی) نەزانن،ئەو کەسانە خۆشیان ڕووتەخت دەبن و یان بە شێوەی چوار گۆشەو لاکێشە یان بە شێوەی سێگۆشە دەبن، ئەو کەسانەی لەو جیهانە ڕووتەختەدا دەژین دەتوانن بۆ لای ڕاست وچەپ و پێشەوەو دواوەی خۆیان بڕۆن بەلام هەرگیز سەرەوەو خوارەوە نازانن و لێشی تێناگەن، بێگومان بیرکاری زانەکان دەتوانن کە لە ڕێگای هاوکێشە بیرکارییەکانیانەوە بیسەلمێنن کە دوری سێهەم هەیە وستونە لەسەر هەردوو دووری ئەو جیهانە ڕووتەختە بەلام کەسانی ئەو جیهانە بڕوا بەو دوورییە ناکەن و بۆی ناچن ونکۆڵی لێدەکەن !

خۆ ئەگەر کەسێکی ئەو جیهانە سەیری کەسێکی دی هەمان جیهانەکەی خۆی بکات ئەوا تەنها هێڵێکی ڕاست دەبینی و هەر چەندە بە دوری ئەو کەسەشدا بێت ئەوا هەر درێژی و پانی دەبینێت و لەوەش زیاتر نابینێت و ناشزانێت چی لە ناوئەو چوارگۆشەو سێگۆشانەدا هەیە چونکە جوڵە بۆ سەرو خوار لەو جیهانەدا نیە!

گریمان کەسێك لە جیهانێکی دیکەوە کەسێ دوورییەو هات بۆ سەردانی ئەو جیهانە ڕووتەختە با ئەو لەشێوەی گۆیەکدا بێت و هەڵوسراو بێت بەسەر جیهانی ڕووتەختەکەوە قسە بکات لە گەڵیاندا ئەوا بێگومان کەسانی جیهانی ڕووتەختەکە تەنها دەنگ دەبیستن ڕەنگی نابینن و لەوانەشە زۆر بترسن، خۆ ئەگەر گۆکە دابەزیە ناویانەوە ئەوا ئەوان گۆکەیان بە شێوەی پنتێك یان هێڵێك دەبینن! ئەگەر ئەوکەسەی بەشێوەی گۆیە کەسێکی جیهانی ڕووتەختەکەی بەرزکردەوە ئەوان ئەو کەسە خۆی لە جیهانێکی زۆر نامۆدا (سەروو) دەبینێتەوە کە پێشتر لە دووری تێنەدەگەیشت و ئەو لەو بەرزیەوە ناو چوارگۆشەو سێگۆشەکان دەبینێت، بەلام کەسانی برادەری خۆی لە جیهانی ڕووتەختەکەدا بەدوایدا وێڵن و نایدۆزنەوە لە کاتێکدا ئەو وا بەسەریانەوەو ئەوان دەبینێت، خۆ ئەگەر دابەزیەوە ناویان ئەوا پیرۆزبایی سەلامەتی لێدەکەن چونکە لە پڕدا لەبەرچاویان ئەماو گەڕایەوە ناویانەوە، بەلام ئەگەر ئەو بڵێت من هەر لە ناوتاندا بووم و بەسەرتانەوە بووم و ئێوەم دەبینی ئەوا بڕوای پێ ناکەن و لەوانەیە بەخەڵەفاوی دابنێن!! خۆ ئەگەر کەسێکی ناو جیهانە ڕوتەختەکە ویستی بجوڵێت ئەوا جوڵەکەی لەسەر هێڵێکی ڕاست دەبێت بە هیچ لایەکدا بڕوات بە ئاڕاستەی درێژی یان پانی دەبێت، بەلام گریمان ئەو کەسە خرایە سەر ڕووی گۆیەك واتە ئەو ڕووەی لەسەریەتی چەماوەبووەوە، ئەو لە جوڵەکەیدا هەروا دەزانێت کە لەسەر هێڵێکی ڕاست دەجوڵێت و هەست بە کوڕی ڕوەکەناکات وەك ئێمە کە لە سەر زەوین و هەست بە کوڕی زەوی ناکەین، بەلام چەند سەیر دەبێت کاتێك ئەو کەسە بەردەوام دەبێت لە جوڵەکەیدا تا دەگاتە ئەوە شوێنەی کە لێوەی دەستی بە جوڵە کردووەو بەبێ ئەوەی گەڕابێتەوە لە جوڵەکەیدا، ئەو کاتە ئەو کەسە تێدەگات کە ئەو لە جوڵەکەیدا ڕێڕەوێکی کەوانەیی گرتووە و ئەو کاتەش ئەو لە دووری سێهەم کە بەرزیە تێدەگات و بە ڕێگای بیرکاریانەش ئەو دوورییە زیاتر ڕوون دەکرێتەوە، هەمان نمونەی پێشوو دووبارە دەبێتەوە بۆ تێگەیشتن لە دووری چوارەم کە (کات)ە.

جوتەکانی هەسارەی زەوی

نوسینی: دکتۆر عەبدول ناسر تۆفیق
پەرچڤەی: رۆژگار

تەنها ئەگەری بوونی ژیان لەسەرەوەی گۆی زەوی هەستێکی سەرنجڕاکێشانی تایبەتی بە مرۆڤ دەبەخشێت، ئەم هەستە خەیاڵی فەیلەسوف و شاعیرو نووسەری خەیاڵە زانستییەکانی بەردەوام دەهەژاند، تاکو ئەو خەیاڵە بۆ واقیع گۆڕاو زاناکان چوونە مەیدانی پێشبڕکێوە لە ڕێگەی ئاشکراکردنی ئەو هەسارانەی کە لە زەوی دەچن و بۆ بیرۆکەی ئەگەری بوونی ژیان لە سەریان پاڵێوراون. ئەمڕۆکە ژمارەیەکی زۆری زانایانی گەردوونناسی و جیۆلۆژیای گەردوون بیرۆکەی ئەگەری بوونی یان پەرەسەندنی شێوەکانی ژیان لەسەر ژمارەیەک هەسارە، پەسەند دەکەن، کە هەندێکیان دەکەونە چوارچێوەی کۆمەڵەی خۆرەوە کە هەسارەی زەویشی تێدایە، هەندێکیشیان وادائەنرێت کە لەدەرەوەی کۆمەڵەی خۆردابن کارەکە گەیشتە ئەوەی ئەم بیردۆزەیە لە تەنها مادەیەکی فەلسەفی سفستائییەوە، بۆ تیۆرێکی زانستی گۆڕا کە لە ناوەندە زانستییە باوەڕپێکراوەکاندا وەک هەرتیۆرێکی زانستی دیکە گفتوگۆی لەسەردەکرێت. لەبەر ئەوە لەو باوەڕەداین ساڵانی داهاتوو، ئەنجامگەیاندنی ژمارەیەکی گەورە لە گەشتی فەزایی بەخۆوە دەبینێت بۆ گەڕان بە شوێن ئەو هەسارانەدا کە زاناکان لەو باوەڕەدان بۆ ژیانی زیندەوەرانی بالآیان سەرەتایی، دەشێن. یەکەمین هەنگاو ئاژانسی فەزایی ئەوروپی ئیزا(Esa)، دەستپێکرد و تشکی سەوزی بۆ کارێکی فەزایی کورتکراوەکەی(corot)، داگیرساند، تالە ساڵی2005دا لە قولآیی فەزایی دەرەکی هەڵبدرێت بۆ گەڕان بە شوێن هەسارەی لێکچوو بە زەوی لە ڕووی خەسڵەتی ئاو و هەواو بارودۆخی ژیان. وەک دەزانین سەرەتا ئەگەری بوونی ژیانێکی دیکە لە دەرەوەی هەسارەی زەوی هەر لەسەردەمەکانی زووەوە بۆچوونی لێکدانەوە فەلسەفییەکان بوو، ئەم ئەگەرە لە لایەن دیارترین زاناکانی سەدەی بیست لە بواری گەردوونزانی و زانستەکانی فیزیادا پاڵپشتی لێکرا. لەسەر هەمان ڕێڕەوی سەرنجڕاکێش و هەژێنەر ئەدەبی خەیاڵی زانستی، هاتەمەیدان بەڵام گرنگی بۆ نوسەرە زانستییەکان دەگەڕێتەوە کە توانییان بواری ئەو خەیاڵانەمان بەرفراوان بکەن کە لە مێشکماندا سەبارەت بە وێنەو شێوەی زیندووی دیکە لەسەر

هەسارە دوورەکان، هەمانبوو کارەکان تەنها بەوەندە نەوەستا بەرهەمی ئەدەبی روتمان پێشکەش بکرێت بەڵکو بەرەو بەرهەمهێنانی فیلمی سینەمایی، تێپەڕی هەر لە سەرەتای دەرکەوتنی یارییە ئەلکترۆنییەکانەوە پێش چل ساڵ لە مەوبەر بەرنامەدانەرەکان ویستویانە ئەو جەنگە بەرگرییانە دابڕێژنەوە کە ئەگەری ڕودانییان هەیە لە کاتی هێرش بردن بۆ سەر هەسارەی زەوی لە لایەن زیندەوەرانی فەزاوە. لە دوای زنجیرەی(ستارتریك)ی بە ناوبانگ و بەهۆی فیلمە فەزاییەکانەوە دەربارەی خەیاڵە زانستیەکان و فەزا، ستراتیژییەتی مرۆڤ بۆ ئاشکراکردنی نادیارەکان پەرەیسەندو پاڵیپێوەنا دەستبکات بە گەشتی گەڕان بۆ چوونە ناو قوڵایی گەردوون. ئاستی جەماوەرێتی ئەو یارییە ئەلکترونییانە و ئەو فیلمە سینەمائییانە بەڵگەیە بۆ بڵاوبوونەوەی بۆچوونێك یان کلتورێك لە نێوماندا ئەویش ئەگەری بوونی دراوسێیەکە لەوانە یە لە بەشێکی دیکەی ئەم گەردووندا بژین. لەسەردەمەدا وامان لێهاتووە بڕوا بەو ئەگەرە بکەین و بڵێین زیندەوەرانی دیکە هەن وەك دانیشتوانی سەر هەسارەی زەوی یان بە شێوەیەکی جیاواز لەوان لەسەر هەسارەیەکی دیکە دەژین، هەر چەندە هەندێك باوەڕیان وایە ئەو بیرۆکەیە هیچ بناغەیەکی ڕاستی نییە و تەنها وەهمە.

وەك ئاماژەمان پێدا زاناکان لەوە دەرچوون تەنها بە چاوێکی باڵاو پەنهانەوە تەماشای ئەم ئەگەرەبکەن، یەکەم کەس کە ڕووبەڕووی ئەم مەتەڵە سەرسوڕهێنەرە بۆوە زانا و بلیمەت ئینریکو فیرمی بوو کە نیشانەیەکی پرسیاری گەورەی لە بەردەم دادگای ئیلاهیدا دانا لە بەرامبەر بوونی ملیارەها مەجەڕەدا کە هەریەکەیان ملێونەها کۆمەڵەی

ئەستێرەیی لە خۆدەگرێت کە بێگومان هەر کۆمەڵەیەکشیان ژمارەیەك هەسارەی گەڕۆکی لە خۆگرتووە.

لەبەرئەوە فیرمی لەو باوەڕەدابوو ئەگەری بوونی هەر شێوەیەك لە شێوەکانی ژیان چەندە پچوکیش بێت، ئەو ژمارە گەورەیە لە هەسارەکان کە پاڵێوراون بۆ بوونی ژیان لە سەریان، ئەگەرێکی زۆر گەورەیە. بەم شێوەیە فیرمی باوەڕەکەی خۆی بەو شێوەیە داڕشت کە ژیانی دیکە لە دەرەوەی هەسارەی زەوی هەیە و بەم شێوەیە ژمارەی ئەو فەیلەسوف و سینەما سازانە کە هاوبەشیی فیرمییان لەم بۆچوونە یەقینییەدا دەکرد، لە زیاد بووندا بوون. بەڵام، هێشتا ژمارەی ئەو زانایانەی بەرامبەر ئەم بابەتە هەڵوێستێکی خۆپارێزییان گرتبوو، کەم نەبوون. تەنانەت هەندێکیان بایەخ پێدانی خۆیان سەبارەت بە دوانەکانی هەسارەی زەوی لە هاوکارەکانی خۆیان دەشاردەوە. ئەمە لەگەڵ زانا تراویدا ڕوویدا کاتێك لە ساڵی1995دا چوو بۆ کۆنگرەیەك دەربارەی ئەم بابەتە سازدرابوو، لەوێ توشی سەرسامی بوو کە ژمارەیەکی گەورەی لە زانا هەرە ناودارەکان چارپێکەوت. بووچوونەکان بە تەواوەتی گۆڕانیان بەسەرداهات، کاتێك هەر دوو زانای گەردوونناسی لەرەوگەی جنێف، مایکل مایور و دیتیر کفیلوتز یەکەمین هەسارەیان دۆزییەوە کە بەدەوری ئەستێرەیەکدا دەسوڕایەوە و لە خۆرەچوو. ئەم هەسارەیە ناوی لێنرا بیخاسوس51. ئەم ناوە لە بنەڕەتدا ناوی جۆرێکی خەیاڵی ئەسپە باڵدارەکانە.

بەڵام لەم سەردەمانەی دواییدا و لە ڕێگەی ئەو پێشکەوتنە زۆرەوە کە لە بواری فەزادا ڕویدا، وایلێهاتووە مانگێك لە مانگەکانی ساڵ تێپەڕ نابێت ئەگەر هەواڵی دۆزینەوەی هەسارەیەکی نوێ لە دەرەوەی کۆمەڵەی خۆر نەبیستین. لەبەر ئەوە گریمانەی بوونی زیندەوەرانی دیکە لەلای زۆربەی زانایان لە بوار و پسپۆڕێتی گەردوونناسی و فیزیایی جیاوازدا، ڕەزامەندییەکی بەرفراوانی بەخۆیەوەبینی لەبەر ئەم هۆیە ئەورووپییەکان ئەوانەی لە ئاژانسی فەزایی ئەورووپی ئیزا ئەندام بوون بڕیاریاندا تیمێك لە ژێر چاودێرییەکی زانستیدا بۆ ئەم مەسەلەیە پێکبێنن تاکو بەڕێگەی زانستی تەواو لێکۆڵینەوە لەسەربوونی ئەو هەسارانە بکەن، لێکۆڵینەوەی هەنووکەیی لەسەر ئەو هەسارانە ئەنجامدەدەن کە دەکەونە دەرەوەی کۆمەڵەی خۆر، لەمەشەوە بە شوێن ئەو شوێنەوارانەدا دەگەڕێن کە ئاماژە بە بوونی شێوەی ژیانی دیکە دەدەن. لە ساڵی 1995وە دەزانین نزیکەی زیاتر لەسەد هەسارە هەن بەدەوری ئەستێرەی ناوەندیدا دەسوڕێنەوە. بەڵام بۆ ئەوەی ژیان

لەسەر هەریەکەیان هەبێت پێویستە بارودۆخی ئاوو هەوایی گونجاو، هەبن. لە تێڕوانینی زاناکانەوە ئەو هەسارەیەی پاڵێورا و دەبێت بۆ بوونی شێوەی ژیان لە سەری پێویستە چەند مەرجێکی تێدا هەبێت کە لە قەبارە و خولگە دەتوانرێت کۆبکرێنەوە خولگە پێویستە زۆر لە ئەستێرەکەوە نزیک نەبێت و زۆریش دور نەبێت. هۆکارەکەشی زانراوە، نزیکبوونەوەی زۆر دەبێتە هۆی بەرزبوونەوەی زۆری پلەی گەرمی و لەوانەیە ئاو بکات بە هەڵم دوری زۆریش دەبێتە هۆی بارودۆخی ئاووهەوایی سەخت و دژوار لەسەرووی قەبارەشەوە پێویستە لە قەبارەی هەسارەی زەوییەوە نزیک بێت، بەمەش زامنی دابین بوونی بەرگێکی هەوایی لەبار دەکرێت. مەرجی دیکەش هەن بەڵام هەموویان زاناکان لە ژێر زاراوەی پشتێنەی شیاو بۆ نیشتەجێبوون پۆلێنی دەکەن چونکە لە هەمور کۆمەڵەیەکی ئەستێرەییدا ناوچەیەك هەیە هەمور ئەم مەرجانەی تێدا کۆدەبێتەوە، ئەگەر زاناکان هەسارەیەکیان پاڵاوت بۆ ئەگەری بوونی شێوەیەك لە شێوەکانی ژیان لەسەری.

چوونە ناو قوڵایی مەجەرەکانەوە

ئەوڕێگەیەی کۆمەڵەی ئەوروپی پەیڕەوی دەکات جیاوازە ئەو هۆکارانەی ئەمڕۆ بۆ ڕەوگەگرتنی هەسارە دورەکان پەیڕەو دەکرێن. ئەوەی ئێستا کە بەکاردەهێنرێت تەلەسکۆبی جێگیرکراوە لەسەر رووی زەوی بەڵام کۆمەڵەی ئەوروپی کەشتی فەزایی کوروت بەکاردەهێنن کە بریتییە لە تەلەسکۆبێکی فەزایی گەورە بەدەوری بەرگی هەوادا دەسورێتەوە، تاکو چاودێری نزیکەی60-30 هەزار کۆمەڵەی ئەستێرەیی بکات کە دەکەونە مەجەرەکمانەوە(ڕێگەی کاکێشان) و مەجەرەکانی دیکەشەوە. کەشتی کوروت لە خولگەیەکدا دەسورێتەوە دەکەوێتە بەرزایی800 کیلۆمەتر لەسەر رووی زەوی و وێنەی هەزارەها ئەستێرە دەگرێت. زاناکان لە ڕێگەی شیکردنەوەی ئەو وێنانەوە هەوڵی گەڕان بە شوێن هەر شوێنەوارێکدا دەدەن کە بەڵگەی بوونی شێوەی دیکەی ژیان لەسەر ئەو هەسارە دوارنە بەدەستەوە بدات. لەوانەیە لەم گەڕانەیاندا هەسارەی دیکەیان دەستبکەوێت لە خەسڵەتە ئاو و هەوایی و جوگرافی و چاووگە سروشتییەکانیدا لە هەسارەی زەوی بچێت وەك ئاماژەمان پێدا پرۆژەی کوروت بە ناسنامە ئەوروپییە، ئێستاکە لە قۆناغی دروستکردندایە بە بەیارمەتی شارەزایانی ئاژانسی فەزایی فەرەنسی و بە هاوبەشی ئاژانسی ئەڵمانی بۆ فڕۆکەوانی و گەشتە فەزاییەکان. کە ئەم دوانە دوو ئەندامی سەرەکین لە ئیزادا. ئاژانسی ئەڵمانی رۆڵی لە دروستکردنی تەلەسکۆبەکەدا هەیە کە قەبارەی زۆر گەورەیە و لە هەمان کاتدا ئەرکی بەڕێوەبردنی گەشتە کە لەدوای هەڵدانی تەلەسکۆبەکە و کۆنترۆڵکردنی و شیکردنەوەی زانیاری و وێنەکانی کە کوروت بۆ زەوی دەینێرێت، دەگرێتە ئەستۆ هەروەك ئاماژەمان پێدا کوروت تەلەسکۆبێکی فەزایی گەورەیە لە خولگەی دەوری زەوی جێگیرکراوە. هۆکاری دەرچوون بەهۆی تەلەسکۆبەوە بەرە و ئەوشوێنە بەرزە بەم شێوەیە باسیدەکەین، بیرۆکەی ڕەوگەگرتنی ئەستێرە دورەکان پشت بەوەرگرتنی ئامازە ڕووناکییەکانی لێوەی دێن، دەبەستن. ئەم ئامازانە تەلەسکۆبە گەورەکان وەریدەگرن، بەڵام کاتێك بە بەردەم ئەم ئەستێرە درەوشاوانەدا یەکێك لە هەسارە گەڕۆکەکان تێپەڕدەبن جیاوازییەك لە سیفەتی ئامازە رووناکییەکاندا ڕوودەدات لەبەرئەوە کاتێك زاناکان ویستیان ناوی ئەم فرمانە فەزاییە دابڕێژنەوە وشەی(Trasits) واتا جوڵەی پەڕینەوە یان بۆ دانا بەڵام پێویستە ئامازەبەوە بدەین، ئەو گۆڕانانەی بەسەر توندی و چڕی ئەو ڕووناکییەدا دێت لە کاتی تێپەڕبوونی هەسارەیەك بەبەردەم ئەستێرەیەکدا، هەرچەندە زانیارییەکان دەربارەی خەسڵەتەکانی ئاووهەواو چاڵ و چۆڵییە جوگرافییەکانە کە ڕووی ئەم هەسارەیەی پێدەناسرێت، بەڵام ئەو گۆڕانانە بەهۆی بوونی ئەو دورییەگەورەیەی لە نێوانماندایە زۆرکەمن لەبەرئەوە توانای تەلەسکۆبە زەمینییەکان بۆ پێوانەکردنی ئەو گۆڕانە کەمانە زۆر سنوردارن، یان زۆربەی جار هەر بەدیش ناکرێن. ئەم بۆچوونە هایکە بایار بەڕێوەبەری پرۆژەی کوروت لە ئاژانسی فەزایی ئەڵمانی بەم شێوەیە گوزارشتی لێکرد:- بەشێوەیەکی تایبەتی بەرگی هەوایی زەوی کاردەکات بۆ دورهێندکردنی ئەونیشانە ڕووناکییانە بە شێوەیەکی گەورە، تەنانەت ناتوانین توندی نیشانە ڕووناکییەکان بە بەکارهێنانی تەلەسکۆبە جێگیرکراوەکان لەسەر ڕوری زەوی، بناسینەوە، ئەگەر لەشەویشدا پێوانەکان وەرگیران، ئەگەر لە ڕۆژە ئەم کارە ئەنجامدرا ئەوا ڕووناکی خۆر دەبێتە ڕێگر لەبەردەم تۆمارکردنی پێوانەکاندا.

ئەوەی ئەستەمی گیروگرفتە کە زیاد دەکات، دیاردەی پێدا ڕۆیشتن خۆی لەخۆیدا دیاردەیەکی زۆر دەگمەنە. چونکە هەسارە دورەکان کە لە کۆمەڵەی هاوشێوەی کۆمەڵەی خۆردان بۆ ئەوەی بچنە ناو قۆناغی پێداڕۆیشتن دەبێت ڕووبەڕوری دیاردەیەك ببنەوە کە لە دیاردەی خۆرگیران دەچێت. ئەو دیاردەی گیرانەش لە دەرەوەی کۆمەڵەی خۆر ناتوانرێت پێشبینی بکرێت، ئەویش بەهۆی دەستنەکەوتنی زانیارییەکان سەبارەت بە کۆمەڵە و جوڵەو شێوەی خولگەی

هەسارەکان لەوێدا. لە ڕێگەی پرۆژەی فەزایی کوروتەوە زانا ئەوروپییەکان هەوڵدەدەن بەسەر ئەو کۆسپانەدا زاڵبن چونکە ناردنی تەلەسکۆپێکی فەزایی بۆ بەرزایی 800کیلۆمەتر دەرەوەی بەرگی زەوی کاردەکات بۆ زیادکردنی توانای وێنەگرتن و بە شێوەیەکی ڕوون و ئاشکراتر وێنەی هەسارە دورەکان دەستدەکەوێت و بەمەش زانیاری گرنگتر بە تایبەتی لە کاتی تێپەڕبوون بە قۆناغی پێداڕۆیشتن لەبەردەم ئەستێرەکاندا، دەستدەکەوێت.

تەلسکۆپی زۆر گەورە بۆ فەزای فراوان

تەلەسکۆبە زەمینییەکانی ئێستاکە ناتوانن دیاردەی پێداڕۆیشتن ئاشکرا بکەن بەهۆی بوونی گیروگرفتی تەکنیکییەوە کە ئاماژەمان پێدا ئەم تەلەسکۆبانە پێوانەی خێرایی خولگەیی ئەستێرەکان بەکاردەهێنن کە دەتوانرێت بە باری ئەومانگە نزیک بکرێتەوە کە بەدەوری زەویدا دەخولێتەوە، چونکە هێزی ڕاکێشانی مانگ کاریگەرییەك لەسەر جوڵەی زەوی، بەجێدێڵێت لەوانەیە کاریگەرییە بەناوبانگەکەی هەڵکشان و داکشان بێت، بەڵام کاریگەری دیکەش لەسەرجێگیری جوڵەی خولگەی زەوی بەجێدێڵێت و بەمەش لەبەر ئەوە سوڕانەوەی هەسارە دورەکان بە دەوری ئەستێرەکانیدا هەردەبێت کاریگەری لەسەر جوڵە خولگەییەکەی بەجێبێڵێت ئەم دیاردەیە تاکە شتە بتوانین لەسەر ڕووی زەوییەوە پێوانەی بکەین تاکو بەبوونی هەسارەکانی دەوری ئەستێرەکان، ئاشنابین لە ڕێگەی ئەم هۆکارە ناڕاستەوخۆیەوە تەنها دەتوانین پێشبینی هەسارە گازییە زەبەلاحەکان بکەین کە قەبارەیان لەی قەبارەی هەسارەی موشتەری تێپەڕدەبێت ئەم جۆرە هەسارە گازییە زەبەلاحانەش بەکەڵکی ژیان نایەن کارەکە ئەستەمتر دەبێت ئەگەر زانیمان ڕێگەی خێرایی خولگەیی لەبناغەدا بۆ ئاشکراکردنی ئەو هەسارە بچوکانە ناشێت کە قەبارەیان نزیکە لە قەبارەی زەوییەوە. لەبەرئەو زاناکان بیریان لە ناردنی تەلسکۆبی کورت بۆ دەرەوەی بەرگی هەوایی، کردەوە بەدرێژایی پێنج مانگی تەواو تەلەسکۆبەکە بۆ نزیکەی شەست هەزار کۆمەڵەی ئەستێرەیی ئاڕاستەدەگرێت و بە شێوەیەکی بەردەوام لە ڕوودانی هەر گۆڕانێك لە ڕووناکیدا، ئاگادارمان دەکاتەوە. پاشان هاوێنەی گەورەی لێدەبەسترێت بۆ وێنەگرتنی کۆمەڵەی ئەستێرەیی دور. ئەو ماوەیەی کە کوروت لە فەزادا دەمێنێتەوە دەگاتە دوو ساڵ و نیو.

وەك لە سەرەتادا ئاماژەمان پێدا ئەرکی کوروت تەنها سەرەتایەکە لە پرۆژەیەکی درێژەخایەن لە پێناوی گەیشتن بەو ڕاستییە دیارەی ئاماژە بە بوونی زیندەوەرانی زیندوو لە دەرەوەی کۆمەڵەی خۆر، دەدات. هەرلەم بارەیەوە ئاژانسی فەزایی ئەمەریکی ناسا نەخشەیەکی بۆ ناردنی کەشتییەکی فەزایی بەناوی کیبلر لە ساڵی2006دا، هەیە بۆ لێکۆڵینەوەی خەسڵەتی هەسارەکانی کۆمەڵە ئەستێرەییەکان بەڵام ئیزا لە ساڵی 2008 هەڵدەدرێت. ئەم کەشتییە وەك کوروت بەدەوری زەویدا ناسوڕێتەوە، بەڵکو دور دەڕۆن بەرەوخۆر لە پێناوی دەستکەوتنی زانیاری وردتر سەبارەت بەو هەسارانەی لە زەوی دەچن. لەمانەش زیاتر ناسا بیر لە ناردنی کەشتی دەکاتەوە بە شوێن هەسارە زەمینییەکاندا بگەڕێت واتا ئێستاکە بیرکردنەوە لەوەی ئەم گەردوونە بێ شومارە دەبێت هەسارەی دیکەی تێدا بێت لە هەسارەی زەوی بچێت، فۆرمەلە بووە. هیچ مانای تیا نییە تەنها کۆمەڵەی خۆر هەسارەیەکی تێدابێت کە بۆ ژیان بشێت. شارەزایانی ناسا خۆشیان لەو باوەڕەدان لەوانەیە ژیانی ژیر واتا ژیانی مرۆیی وەك ئەو ژیانەی لەسەر زەوییە لەسەر هەسارەی دیکە، بوونی هەبێت. (ئیزا)ش لەڕێگەی پشتبەستنی بەزنجیرەیەك گەشتی فەزایی کە دەکەوێتە چوارچێوەی پرۆژەکەی داروین، لەو باوەڕەدایە شێوەی ژیانی زیندوو لەسەر هەسارە دورەکان بەدیدەکرێن. شایانی باسە پرۆژەی داروین لە ساڵی 2014دا دەست بە هەڵدانی دەکرێت لەدوای ئەنجامگەیاندنی زنجیرەیەك گەشتی ئامادەباشی و لەداوی تەواو بوونی شەش تەلەسکۆبی زەبەلاح Very larg-Telescopes کە نیوەتیرەی هەریەکەیان دەگاتە 150سم.

بەم شێوەیە دەبینین دە ساڵی داهاتوو بەڵگەی سەلمێنراوی لەلایە بۆ ئەگەری بوونی ژیانی دیکە لەسەر هەسارە دورەکان هەروەها تاکو ئێستا هیوامان هەیە هەسارەی دیکە ئاشکرا ببێت کە لە خەسڵەتە ئاووهەوایی و ژینگەرەکانیدا لە هەسارە شینەکەی خۆمان، هەسارەی زەوی بچێت. لێرەدا پرسیارێك دێتە بەردەممان:- ئەگەر بەتەواوەتی زانیمان هەسارەیەکی دیکە وەك هەسارەی زەوی هەیە، ئایا دەتوانین پەیوەستە سۆزداری و ویژدانییەکانمان بە هەسارەی زەوییەوە بپچڕین و واز لە بەهرەمەندی و شارەزاییە ژیانییەکان لەسەر هەسارەی زەوی بهێنین و بڕیاری ڕۆیشتن بۆ هەسارەیەکی دیکە بدەین؟ تەنانەت فەیلەسوف و زاناکانیش نەیانتوانیوە وەڵامی ئەم پرسیارە بدەنەوە و زۆربەیان وتویانە مرۆڤ هەست بە نامۆیی دەکات لە کۆمەڵدا ئەگەر لەسەر هەسارەیەکی دیکە ژیا و هانمان نادەن بۆ کۆچکردن و جێهێشتنی هەسارەی زەوی بە هەموو خۆشی و ناخۆشییەکانییەوە.

ئایا یەك زمانی جیهانی دادەمەزرێت؟

نوسینی: دکتۆر ئەحمەد ئەبو زەید
وەرگێڕانی: ڕۆشنا ئەحمەد

ئەوە زمانێکە لە واقیعەوە وەرگیراوە و لەنێو چەندین کۆمەڵگەدا زمانێکی هاوبەشە، هەرچەندە ئەو ڕاستییە نوێیانە دەردەبڕێت کە بەر لە ئێستادا نەبوون، ئەوە زمانی ڕاگەیاندن و تەکنەلۆژیای نوێیە.

گرنگترین ئەو گۆڕانکارییانەی لەدوا دەیەکانی سەدەی بیستدا بەسەر ژیانی گشتی فیکریدا هات، بڵاوبوونەوەی ژمارەیەکی زۆری ئەو ووشە و زاراوانە بوو کە مۆرکێکی ئەکادیمییان هەیە و لەنێو نێوەندە ڕۆشنبیرییە ناپسپۆڕەکانی لقەکانی مەعریفەدا بڵاوبۆوە، بگرە زاراوەکان چووە ناو زمانە بنەڕەتییەکانی گفتوگۆکردنی ڕۆژانەی کۆمەڵێکی فراوانی خەڵکییەوە، ئەوانەی کە هیچ شارەزاییان لە دەلالەت و ڕەهەند ڕاستەقینەییەکانی ئەم زاراوانە نییە، وەك ووشەی کۆمپیوتەر و ئەنتەرنێت و موشەکەکان و کەشتی ئاسمانی و مانگە دەستکردەکان، لە هەندێك کاتدا ووشەی وەك (کونی ئۆزۆن و جیناتەکان و سۆفت وێر...) یش بەکاردێنن.

بڵاوبوونەوەی ئەم ووشانە بەم شێوە بەرفراوانە، بەهۆی پێشکەوتنی ئامرازەکانی ڕاگەیاندن و پەیوەندییەوە بوو، کە بە ئاسانی یاریدەی هەڵقوڵینی زانیارییەکانی دا. ئەگەر ئەم زاراوە و زانیاریانە پێشتر لەلایەن کۆمەڵێکی تایبەت لە زاناو ئەکادیمیە پسپۆڕەکانی کۆمەڵگە پێشکەوتووەکان (لە ڕووی زانست و تەکنەلۆژیاوە) قۆرخ کرابوو بێت، وا ئێستا لە نێو کۆمەڵگە خێڵەکییە دواکەوتووەکانیشدا بڵاوبۆتەوە، ئەوانەی هەموو زانین و زانیارییەکانیان لە گەورەکانیانەوەو لە ڕێی گێڕانەوەی زارەکییەوە ئاشنای دەبوون، دواتریش لە ڕێی ئامرازەکانی وەك ڕادیۆ و تەلەفزیۆن و ڤیدیۆوە. لە ئەنجامدا، لەلایەن ئەوە بە دەرکەوت کە دەکرێت بە زمانێکی هاوبەش دابنرێت لە نێو زۆربەی کۆمەڵگەکانی جیهاندا، لە لایەکی

دیکەوە لە نێو کەرت و چینە جیاوازەکانی یەک کۆمەڵگەدا، لەو ڕووەوە کە ئامرازەکانی ڕاگەیاندن و پەیوەندی زانیاری نوێ سامانێکی گۆکردنی نوێ دەبەخشێتە خەڵکی، بە تایبەتی نەوە نوێیەکان، کە زۆر جیاوازە لەوەی نەوەکانی پێشتر لە ڕێی ئامرازە سادەکانەوە بۆیان ماوەتەوە. هاتنە ناوەوەی ئەم ووشەو زاراوەو دەربڕینانە و ئەو بیرۆکە و وێناکردن و ئەو چەمکانەی پێیانەوە بەندن، لەگەڵ ئەوەی بە هۆکارێکی هێز و دەوڵەمەند بوونی ئەو زمانانە دادەنرێت کە وەریدەگرێت و دەیخاتە نێو فەرهەنگی زمانەکەیەوە، بەڵام زۆر لە هونەرمەند و نووسەرەکان لەو بڕوایەدان کە دوور نییە ئەم (دزەکردن)ی زمانەوانییە نەبێتە چاوگەیەکی هەڕەشەکردن لە بنەماکانی زمانە نیشتمانیەکان، لەبەرئەوە پێویستە سنوورێک بۆ بڵاوبوونەوەی دابنرێت، یان ڕاستتر پێویستە وەربگێڕدرێتە سەر زمانەکان بۆ نزیك بوونەوەی لە یەکەم، بیرو لێکدانەوەکان، دووەمیش بۆ پارێزگاریکردن لە ناسنامەی نیشتمانی ئەو زمانە.

بڵاوبوونەوەی زمان.. بڵاوبوونەوەی بیرۆکەکان

لە ڕاستیدا مەسەلەکە زۆر لەوە مەترسیدارترە کە هەر بڵاوبوونەوەی ووشەکان یان هاتنە ناوەوەی زاراوەی خۆرئاوایی سەیربێت بۆ نێو زمانە نیشتمانیەکان، چونکە ووشەکان جیهان و بنەماکانی زۆری ئەو ڕۆشنبیرییە هەڵدەگرێت کە بەشێکی ئەم وشانەی پێکهێناوە، لەبەرئەوە، بڵاوبوونەوەی لە دەرەوەی سنووری نیشتمانیەکەی، مانای بڵاوبوونەوەی بنەماکان و بیرۆکە و وێناکردن و چەمکەکان دەگەیەنێت، بگرە بڵاوبوونەوەی بەهاکانی ئەم ڕۆشنبیرییەش، بە مەش ئەو ڕۆشنبیرییانەی ئەم چەمك و زاراوانە لە خۆدەگرن، دەبنە ملکەچی دەسەڵاتی ئەو ڕۆشنبیرییە.

لەبەرئەوەی گەورەترین زمانی زۆرینەی ئەو زاراوە زانستییانە بریتییە لە زمانی ئینگلیزی، بە تێڕوانین لەسەرکەوتنی کۆمەڵگەی ئەمریکی لە بواری زانست و تەکنەلۆژیا نوێیە پەرەسەندووەکان، دەبینین بڵاوبوونەوەی خێرای زمانی ئینگلیزی لە زۆربەی جێگەکانی جیهاندا تەنگ بە زمانە نیشتمانیە بنەڕەتییەکان هەڵدەچنێت، لەم نێوەندەشدا تەنانەت خودی کۆمەڵگەو زمانە ئەورووپییەکانیش لێی دەرباز نەبوون.

گومان لەوەدا نییە کە بڵاوبوونەوەی ئەم زاراوەو دەربڕینە زمانەوانییەی کە ئەم زاراوەو چەمکانە دادەڕێژێت و هەڵیدەگرێت، بەلایەنی کەمەوە لەم بوارەدا یاریدەی نزیك بوونەوەی میللەتەکان لە یەکتر دەدات، لە هەمان کاتدا دەبێتە هۆی ووروژاندنی ئەم پرسیارانە: ئایا لە کۆتاییدا دەبێتە هۆی دامەزراندنی یەك زمانی جیهانی و ئەوەش بەشێوەیەکی تەواو نزیککردنەوەکە دەهێنێتەدی؟ ئایا زمانی ئینگلیزی کە ئەم هەموو بڵاوبوونەوەو گرتنەخۆیە بە خۆوە دەبینێت، دەتوانێت ئەم ئەرکە گەورەیە لە ئەستۆ بگرێت؟ یاخود مەسەلەکە پێویستی بە (داهێنان)ی زمانێکی سادەو ئاسانە کە توانای بڵاوبوونەوەی هەبێت و یاریدەی میللەتە جیاوازەکان بدات بە ئاسانی وەریبگرن و بەکاری بهێنن، نەك تەنها لە بوار و چالاکیەکانی ژیاندا و لە هەمان کاتیشدا بتوانن پارێزگاری لە زمانە نیشتمانیەکەیان بکەن؟ پاشان ئەو مەرجانە چین کە پێویستە لەم زمانەدا هەبێت و بتوانێت خۆی بەسەر میلەتەکانی جیهاندا فەرز بکات؟

گۆڤاری (ئەتلانتیکی مانگانە– Atlantic Monthly)ی ئەمریکی بەماوەیەکی چەندین پەیمانگا و بنکەکانی توێژینەوە کە بایەخ بە ئایندەی زمان دەدەن، سەرقاڵی ئەم گرفتە بوون لە نێو ئەم جیهانەی کە لە ئەنجامی پێشکەوتنی ئامرازەکانی تەکنەلۆژیای پەیوەندی و زانیارییەکاندا خێر دەگۆڕێت، بۆ نموونە لە ژمارەی (تشرینی دووەمی 2000) دا (باربارا

وولـراف) کـە یەکێکــە لەدەســتەی نووســەرانی گۆڤارەکــە ڕاپۆرتێکی دەربارەی ئەگەری دامەزراندنی زمانێکی جیهانی و چییەتی ئەم زمانە نووسیوەو تیایدا باس لە بڵاوبوونەوەی زمانەکان لە دەرەوەی سنووری نیشتمانیەکانیان دەکات، کە تا ڕادەیەکی زۆر کەوتۆتە سەر ئاسانی زمانەکە و فێربوونی خێرای بـەهۆی سـادەیی ڕێزمانەکەیـەوە. بـۆ نموونـە ئـەو ئەمریکییانـەی ڕوو لـە کـارکردن لــە وەزارەتـــی دەرەوەی ئەمریکیدا دەکەن، پێویستیان بە تەنـها 24 هەفتـە هەیـە بـۆ فێربوونی هەریەك لە زمانەکانی ئەڵمانی، ئیتاڵی، فەرەنسی، ئیسپانی، پورتوگالی، ئەویش لە ئەنجامی نزیکی پێکهاتەی ڕێزمانە سادەکەیانەوە لە زمـانی ئینگلیزی، لەبەرئـەوە ئـەم زمانانە زیاتر لەو وڵاتانـەدا بڵاو دەبێتـەوە، لەگەڵ هـەندێك جیاوازی لە ئاستی بڵاوبوونـەوەیان. بـەڵام فـێربوونی زمانـە کەنارییــەکانی (خۆرهــەڵاتی ئــەفریقیا)، ئەندۆنیســی و مالیزی.. پێویستی بە 36 هەفتە دەبێت بۆ فێربون، فێربونی زمانی هیندی و ئەورووپی ڕوسیش پێویسـتی بـە 44 هەفتـە دەبێت، بەڵام فێربوونی زمانی عەرەبی و چینـی و یابـانی و کۆری.. پێویستیان بە 88 هەفتە هەیە. زمانی ئینگلیزی بە ئاسانترینی ئەم زمانانە دادەنرێت و فێربوونیشی لە هەمووان زووتـر و خـێراترە، لەبەرئەوەیـە کـە پـاڵێوراوە و شـیاوە بـۆ ئەوەی ببێتـە زمـانێکی جیـهانی لـە داهـاتوودا و سـەرتاپای جیهان بگرێتەوە، زۆر بەڵگەش هـەن کـە ئامـاژە بـە ئەگـەری هاتنەدی ئەم پێشنیازە دەکەن.

ئینتەرنێت و یەك زمان

یـەکێك لـە شـاهیدی حاڵـەکان ئـەو ڕادە زۆرەی مـادە و بابەتەکانی سەر تۆڕی ئینتەرنێتە کە بە زمانی ئینگلیزی و بـەڕێژەی 80٪ی مادەکـان خراوەتـە ڕوو، هـەروەها ژمـارەی ئەوانـەی ئینتـەرنێت بـەکاردەهێنن بـۆ دەسـتەبەرکردنی ئـەم مادانە، زۆربەیان ئەوانەن کە بە زمانی ئینگلیزی (وەك زمانی

بنەڕەتییان) نادرێن، کە بەردەوام لە زیادبووندان و نزیکەی 375 ملیۆن کەس دەبن، لە کاتێکدا ژمارەی ئەوانەی لە جیهاندا بە زمانەکانی دیکە دەدوێن لە 5700 ملیۆن کەس زیاترە. بەکاربەرانی ئینتەرنێت لەوانەی کە خۆیان بە زمانی ئینگلیزی نادوێن و هەوڵی دەستکەوتنی مادەکان بە زمانی ئینگلیزی دەدەن زیاترە لە 44٪ لە کۆی ئەوانەی بە زمانە جیاوازەکان پشت بە ئینتەرنێت دەبەستن هەندێك لەو بڕوایەدان ئەم گەشەکردنەی ڕێڕەوی ئەو مادانەی بە ئینگلیزی دەخرێتە ڕوو، ئێستا گەیشتۆتە ئەوپەڕی و ماوەیەکی دی ئاستی کەمکردنەوە و چەقین بەخۆوە دەبینێت، نەك لەبەر دوورکەوتنەوەی خەڵکی لە مادەکانی سەر تۆڕەکە، بەڵکو بەهۆی چوونە ناوەوەی میللەت و کەلتوور و زمانەکانی دیکە بۆ گۆڕەپانەکە، ئەمەش بوار بە جۆراوجۆری و فراوانبوونی ئاستی هەڵبژاردن و ئارەزووکردن لە فێربوونی زمانەکانی دیکە دەڕەخسێنێت.

لەگەڵ ئەوەشدا فراوان بوونی زمانی ئینگلیزی بەمشێوە فراوانە دەبێتە هۆی جاڕس بوونی وڵاتانی یەکێتی ئەورووپی، کە لەوە دەترسن زمانی ئینگلیزی جێگەی هەندێك لە زمانە ئەورووپییەکان بگرێتەوە، نەك تەنها لە بواری مامەڵەی ئابووری یان تۆژینەوەی زانستی، بەڵکو هەروەها لە بواری وانەووتنەوە لە قۆناغەکانی خوێندنی باڵادا، وەك چۆن ئێستا لە هۆڵەندا داوای گۆڕینی زمانی ئینگلیزی بە زمانی هۆڵەندی (زمانی دایك) دەکرێت، یان وەك ئەو زانکۆ ئەڵمانییەی ئێستا لە میسردا دادەمەزرێت و ڕایگەیاندووە کە زمانی خوێندن لەو زانکۆیەدا زمانی ئینگلیزیە نەك ئەڵمانی، بە چاوپۆشین لەو ئامانجە ڕاستەقینەیەی کە لە پشت ئەم ڕەوتەدا هەیە کە تەنها وەك هۆکارێکە بۆ ڕاکێشانی ژمارەیەکی زۆری خوێندکاران و بەڵکە بەهۆی خوێندنیانەوە بوار بۆ ناسین و فێربوونی زمانی ئەڵمانی و ئەدەب و کارەکانی زمانەکەیان بڕەخسێنن، واتە زەمینەیەکی نوێ لە داهاتوودا بەدەست بهێنێت، گرنگ ئەوەیە ئەڵمانیا بڕوای بە سەرکەوتنی زمانی ئینگلیزی و ئاستی بڵاوبوونەوەی هێناوە.

بەڵگەیەکی دیکە بۆ ئەگەری بوونی زمانی ئینگلیزی بە زمانێکی جیهانی لە داهاتوویەکی نزیکدا، ئەوەیە ئێستا زمانی ئینگلیزی بە زمانی زانست دادەنرێت کە لە بەئەنجامدانی تۆژینەوەکان و بڵاوکردنەوەی ئاکامەکانیان لەسەر ئاستی جیهانی بەکاردەهێنرێت. بۆ نموونە لە ئەڵمانیا، کە وڵاتێکە شانازییەکی زۆر بە زمان و کەلتوور و داهێنانی زانستییەوە دەکات، دەبینین 98٪ی تۆژینەوە لە فیزیا و 83٪ی تۆژینەوەی کیمیایی بە زمانی ئینگلیزی بە ئەنجام دەدات و بڵاوی دەکاتەوە، هەروەها زمانی ئینگلیزی بە زمانێکی ڕەسمی بانکی سەرەکی (مەرکەزی) ئەورووپی دادەنرێت، بێجگە لەوەی کە لە (فرانکفۆرد) دایە و سەرەڕای ئەوەش کە بەریتانیا ئەندامێکی یەکێتی نەختینەی ئەورووپی نییە.

دوا بەڵگەش بایەخدانی وڵاتە گەورەکانی (چین)ە بەبڵاوکردنەوەی زمانی ئینگلیزی لە نێو منداڵانی قوتابخانەکاندا، تاوەکو هەر لە منداڵییانەوە پەیوەندی و زانیارییان بە پەرەسەندنەکانی بزوتنەوە زانستی و تەکنەلۆژیایەکانی جیهان هەبێت سەرەڕای ئەوەی چین بە گرنگترینی ئەو وڵاتانە دادەنرێت کە کێبڕکێی خۆرئاوا دەکات لە زۆربەی بوارەکانی تۆژینەوەی زانستی و لەبەرهەمهێنانی بەرنامەکاندا، پاشان زمانی چینی لە سەرووی ئەو زمانانەوەیە کە گەورەترین ژمارەی مرۆڤ پێی دەدوێت، (باربرا وولراف) لە ووتارەکەیدا دەڵێت، چین ئێستا دەستی کردووە بە ئامادەکردنی 400 هەزار مامۆستا بۆ ووتنەوەی وانەی زمانی ئینگلیزی بە منداڵانی چین، ئەمەش دەلالەت لەوە دەکات کە زمانی ئینگلیزی زمانێکە ئامادەیە بۆ ئەوەی ببێتە زمانی جیهانگیری داهاتوو، هەروەکو چۆن زمانی ئینتەرنێتە.

ئایا زمانی ئینگلیزی دابەش دەبێت؟

پێویست ناکات باس لە ئاستی بڵاوبوونەوەی زمانی ئینگلیزی و دزەکردنی ووشەکانی بکەین بۆ نێو ووشەی زمانی نیشتمانی و بەکارهێنانی ڕۆژانەی، چونکە ئەمە ئاشکرایە، ئەگەرچی مشتومڕ دەربارەی ترسی بزربوونی بێگەردی زمانی نیشتمانی دەخوڵقێنێت، ئەوەندە بەسە بڵێین

بەڵکە زۆرە بۆ ئەگەری بوونی زمانی ئینگلیزی بە زمانی جیهانگیری، هەرچەندە ئەمە ناکەوێتە دژایەتی کردنی بەردەوامی ژمارەیەک لە زمانە (بەهێزەکان) و ئەگەری دەرکەوتنی هێزی نوێ کە پێشبڕکێی ئەمریکاو بەریتانیاو (کۆمەڵەی ئینگلیزی) دەکەن لە لایەنگرانی سیاسی و ئابووری کە دواتر کاریز بڵاوکردنەوەی زمانەکەی (یان زمانەکەیان) دەکەن لەسەر حسابی زمانی ئینگلیزی، ئەم پێشبینیانە خۆرهەڵاتی ئاسیا و ئەمریکای لاتینی و بگرە ناوچەی عەرەبیش دەپاڵێوێت، واتە گومانی بەهێز هەیە لە بوونی زمانی ئینگلیزی بە زمانی داهاتوو کە لە توانیدایە جیهانێکی تایبەت یەکبخات یان جیهان یەکخات، لەوەدا کە زمانی ئینگلیزی ئێستا بۆ خۆی چەندین لقی لێدەبێتەوەو بەسەر چەندین شێوەی جیاوازی قسەکردندا دابەش دەبێت، کە زۆر لە لەیەکترەوە دوورن و بۆ ئەوە پەرەی سەندوە تاوەکو ببێتە زمانێکی لێکترازاو جیاواز، تەنانەت هەندێک بیرمەند تەواو ئەو بیرۆکەیە ڕەتدەکەنەوە کە تەنها زمانێک زاڵ بێت و ببێتە تاقە زمانێك و تاکە ئامرازێکی لە یەکتر گەیشتن لە نێو میللەتە جیاوازەکانی جیهاندا، چونکە ئەمە مانای ئەوە دەبەخشێت کە جۆراوجۆرییەتی زمانەکان لەناو دەبرێن کە ئەوەش بۆ خۆی بنەڕەتی جۆراجۆریی کەلتوورە و پێویستە لە پێناو بەرژەوەندی مرۆڤایەتیدا پارێزگاری لێبکرێت.

دیاردەیەکی مەترسیداری دیکەش کە زۆر کەسی نیگەران کردووە دەربارەی ئەگەری دامەزراندنی یەك زمانی جیهانی لە داهاتوودا، کە کۆمەڵگەی کەلتوورە جیاوازەکان پێکەوە دەبەستێت، بریتیە لە بزربوونی خێرای زۆر لە زمانەکان، وەك دەرەنجامێکی ڕاستەوخۆی زاڵ بوونی زمانە (بەهێزەکان) بەسەر زمانە لاوازەکاندا، دیارە بڵاوبوونەوەی ئامرازەکانی پەیوەندی و زانیارییەکانی ئەمڕۆ بە تایبەتی ئینتەرنێت ئەوە دەهێنێتەدی.

زۆر لە زمانناسان وا چاوەڕێ دەکەن کە زیاتر لە نیوەی ژمارەی ئەو زمانانەی ئێستا لە جیهاندان، بزربن و نەمێنن، کە ژمارەیان زیاترە لە شەش هەزار زمان و لە ماوەی نیوەی یەکەمی ئەم سەدەیەدا نامێنن! مەترسی بارودۆخەکە لەوەدا دیارە کە ڕێژەی نەمانی زمان دوو ئەوەندەی ڕێژەی نەمانی شیردەرەکانە و چوار ئەوەندەی نەمانی باڵندەکانە، ئەگەر مەسەلەکە بەمشێوەیە و بەم ڕێژەیە بەردەوام بێت، ئەوا جیهانی داهاتوو تەنها (10) زمانی بەهێزیان شتێك زیاتری تیادا دەمێنێت، وەکو (ڕۆز ماری ئۆستلەر) لە ڕاپۆرتەکەیدا لە ژمارەی (بەهاری 2000)ی گۆڤاری (Whole World) باسی دەکات. ڕۆژنامەی (تایمز)ی لەندەنی لە ژمارەی 2000/12/21دا وا مەزەنە دەکات کە زمانە لاوازەکان هەریەکەیان لە ماوەی دوو هەفتەیەکدا نامێنێت ولە ماوەی ئەم سەدەیەدا تەنها دوو هەزار زمان لە کۆی زمانەکانی جیهاندا دەمێننەوە، هەندێکی دی بارودۆخەکە لەمە خراپتر دەبینن و پێیان وایە بە هاتنی ساڵی 2100 زیاتر لە 9٪ی زمانەکانی جیهان دەکەونە بارێکەوە کە بەکارنەهێنرێن و بەرەو تەمان دەچن و نزیکەی 5٪ی زمانەکانی جیهان بەسەلامەتی دەمێننەوە، بەهۆی زۆریی ژمارەی ئەوانەی قسەی پێدەکەن و توانای گواستنەوەیان بۆ نەوەکانی دواتر دەبێت- ئیدی بەهەر هۆکارێك بێت- ئەوشتەی یاریدەی مانەوەو بەردەوام بوونیان دەدات، ئەوەیە کە هەندێك جار پێی دەوترێت (زمانی ساغی تەندروست)، بریتیە لە فێرکردنی منداڵان بەو زمانە و ڕاهێنانی لە فێربوونی زمانی نیشتمانی بەو پێیەی ئەوە زمانی بەتەمەنەکانە و چۆتە قۆناغی گیانەڵاوە.

هەندێك زمانناس، ژمارەی ئەو زمانانەی ئێستا لە جیهاندا هەن بە 6800 زمانی زیندوو مەزەنە دەکەن، بەڵام 90٪ی ئەم زمانانە کەمتر لە 100 هەزار کەس پێی دەدوێن، بگرە هەندێك زمان کە نزیکەی 46 زمان دەبن تەنها یەك کەس دەیزانێت، کە بەمردنی ئەو زمانەکەش دەمرێت، یان نزیکەی 357 زمان هەیە کە کەمتر لە 50 کەس قسەی پێدەکەن، تەنها لە نێوان 200–250 زماندا نزیکەی زیاتر لە ملیۆنێك کەس قسەی پێدەکەن، لە سەروویانەوە یەکێك لە زمانە چینیەکان (زمانی ماندرین) و ئینگلیزی و ئیسپانی و هەروەها زمانی عەرەبیش دەکەوێتە ناویەوە.

مردنی زمانەکان

تێبەڕاندن لێرەدا ئەوەیە جیهانگیری دەستێکی باڵای لە مردنی ئەم زمانە (لاوازانە)دا هەیە، چونکە لەبری ئەوەی یاریدەی بەهێزکردن و بڵاوبوونەوەی بدات، تاوەکو بەڕۆڵی خۆی لە هێنانەدی تێگەیشتن و نزیککردنەوەی نێوان میللەتاندا بەشداری بکات، دەبینین لۆژیکی جیهانگیری لەناوی دەبات، ئەمەش وەك دەرەنجامێکی ڕاستەوخۆیان

پەیوەندی جیهانگیرییە بە هەژموونی ئابووری و هێزە سیاسی و ئابوورییە گەورەکانەوە، کە بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ یان ناڕاستەوخۆ زمانەکانی خۆی بەسەر وڵاتە ئابووری جیاوازەکاندا دەسەپێنێت وا دەکات زۆرکەس بگەنە ئەو بڕوایەی کە زمانی ئینگلیزی لە توانایدایە ببێتە زمانێکی گەورەی جیهانی یان زمانی جیهانگیری.

هۆکاری دیکەش هەیە کە یاریدەی نەمانی زۆربەی زمانەکان دەدات، وەك هۆکاری دەمارگیری و بنەچەیی و ئایینی و زمانەوانی کە جەنگ لە تەك زمانی کەمینەکاندا دەکات. هەڕەشەی مەترسیدار لە نەمانی (لاواز)ەکان، پاڵی بە زمانناس و دەنگناسەکانەوە ناوە کە دەست بە تۆمارکردنی (دەنگەکانی) ئەو زمانانە بکەن کە هەڕەشەی نەمانیان لەسەرە، تاوەکو بەرلەوە پارێزگاری لە سامانێکی مرۆیی بکەن کە بەزەحمەت جێگەی پڕ دەکرێتەوە. لەلایەکی دیکەوە هەوڵێکی زۆر دەدرێت لە پێناو (داهێنان)ی زمانێکی نوێدا کە لەگەڵ بەکاربردنەکانی کۆمپیوتەر و ئینتەرنێتدا بگونجێت و بەکارهێنانی سانەو ئاسان بێت لای مرۆڤەکانی سەر زەوی، لەبەرئەوە بە وشەی (ئاسان– Easy) هێما بۆ ئەم زمانە دەکرێت، ئەگەرچی تا ئێستا سیما و تواناکانی جێبەجێکردنی ئەم زمانە هێشتا ڕوون نەبۆتەوە، لەوەش گرنگتر دیاریکردنی (زمان)ی ئەم زمانە نوێیەیە لە سەرەتادا، ئیدی ئایا ئەو زمانە زمانی ئینگلیزییە! بەو پێیەی ئەورۆکە زمانی ئینتەرنێتە؟!

ئامێری خوێنەر

ئەگەر دوا ئامانجی دۆزینەوەی یەك زمانی گشتی و جیهانی بریتی بێت لە ئاسانکردنی لێکتر نزیکبوونەوەو لەیەکگەیشتنی نێوان میللەتان، ئەوا ئینتەرنێت و ئامرازەکانی دیکەی زانیاری و پەیوەندی نوێ کار بۆ لابردنی ڕێگرەکانی نێوان کۆمەڵە مرۆیی و کەلتوورە جیاوازەکان دەکات. ڕەنگە باشترین ئامرازی بەرهەمهێن بۆ هێنانەدی ئەم ئامانجە بریتی بێت لە پەرەپێدانی پرۆسەکانی وەرگێڕان لە نێو زمانە جیاوازەکاندا بە پشت بەستن بە ئینتەرنێت، بە جۆرێك کە وەرگێڕانەکە دەستبەجێ بەدوای گۆکردنی وشەکەدا بێت و بەشێوەیەك کە قسەکردن بە هەر زمانێك بگۆڕێت بۆ دەقێکی نووسراوو گۆکردو بەو زمانەی کە دەیەوێت وەریبگێڕێتە سەری، بەم ڕێگەیە دەکرێت دەق بگۆڕێت بۆ قسەکردن و قسەکردنیش بۆ دەقێکی خوێنراوە بەبێ ماندوو بوون. بێگومان ئەمجۆرە پێشکەوتنە سوودێکی زۆری بۆ نابینایان دەبێت کە توانای خوێندنەوەو نووسینیان نیە یان بۆ (نەخوێندەوارەکان).

پێدەچێت تەکنەلۆژیا لەم بوارەدا سەرکەوتنێکی بەرجەستەی بەدیهێنابێت، وەك دەبینین ئێستا وەرگێڕان لە نێوان 50 زماندا دەکرێت، لە ڕێی ئەوەی پێی دەوترێت (ئامێری خوێنەر Reading Machine)، دەکرێت کەسێك لەڕێی مایکرۆفۆنی تایبەتەوە قسەکانی ڕووبەڕووی کۆمپیوتەر بکاتەوە و کۆمپیوتەرەکەش قسەکانی دەگۆڕێت بۆ دەقێکی نووسراو بەو زمانەی پێشتر دیاریکراوە بۆ وەرگێڕانی، دواتریش ئەم دەقە دەگۆڕێت بۆ قسەکردن بە گۆکردنێکی ڕاست و تەندروست. بێجگە لەمە هەوڵەکان بەردەوامن بۆ ملکەچکردنی کۆمپیوتەر لە بەئەنجامدانی چەندین داواکاری زمانەوانی دیکە، کە لە توانایدا بێت نزیککردنەوەو لەیەکتر تێگەیشتن بهێنێتە دی، بە بێ ئەوەی پێویستمان بە (داهێنان)ی زمانێکی جیهانی بێت یان لەبەردەم هەژموونی زمانێکی بەهێزی وەك ئینگلیزیدا چۆك دادەین.

جیهانی ئێستا لە ڕووی داهاتووی زمانەوانییەوە ڕووبەڕووی یەکێك لەم دووانە دەبێتەوە، یان دەبێت بەرەو تێکەڵ بوون و لێکترنزیکبوونەوەی زیاتر بڕوات، لە ئەنجامی پوکانەوە و نەمانی ژمارەیەکی زۆری زمانە لاوازەکان، کە ئەوەش مانای بە فیڕۆچوونی هەوڵی هەزارەها ساڵەیەو دەرکەوتنی جیهانێکی نوێیە کە لە ڕووی زمانەوانی و کەلتوورییەوە هەژارترە.. سەرەڕای پێشکەوتنی تەکنەلۆژیا هەڵچووەکەی. یان دەبێت زمانە لاوازەکان لە بەردەم زمانە بەهێزەکاندا خۆڕاگرین و پارێزگاری لە تەواوی بوون و کەلتوورەکەی بکات لەگەڵ پەرەسەندنی تواناکانیدا و لەگەڵ پێداویستییەکانی ئەوڕۆدا بگونجێت و لە تەك زمانە بەهێزەکاندا هەڵبکات، کە بەم ڕێگەیە دەتوانێت لە ئامانجی هێنانە دی لەیەکتر گەیشتنی میللەتە جیاوازەکاندا بەشداری بکات.

ئەوەی بڕیار لە سەرکەوتن و زاڵ بوونی یەکێك لەم دووانە دەدات، ئەوەیە کە مرۆڤ ئێستا لەگەڵ خۆی و زمانەکەی خۆیدا دەیکات و ئاستی شانازیکردنی بە ناسنامە ڕۆشنبیرییەکەی و ئاستی درککردنیان بە ڕەهەندەکانی ئەو گۆڕانانەی جیهانی ئێستای پیادا تێدەپەڕێت، لەگەڵ توانای خۆگونجاندنیان لەگەڵ ئەم گۆڕانانەدا.

دەکرێت دەوڵەت لە بووندا لاببرێت؟

ئایا بەڕێوەبردنی دەوڵەت بۆتە خەرجییەکی زۆر و باشتر وایە لاببرێت یان بەلایەنی کەمەوە بگۆڕدرێت بۆ کۆمپانیایەکی تایبەتی؟

پەرچڤەی: محەمەد ئەحمەد

ڕۆژنامەی (فاینانشیال تایمز) لە ژمارەی 27-28/ئایار/1995دا ڕاپۆرتێکی بڵاوکردەوە کە (مۆرگان) بە ناونیشانی ئایا پێویستمان بە بوونی دەوڵەت هەیە؟ شتێکی ئاسانە کە نەتەوەکان بگۆڕدرێن بۆ کۆمپانیاکان، نووسیویەتی و تیایدا دەڵێت، یەکێك لە سەرۆك وەزیرانی ئەفریقایی لە هەندێك بۆنەدا (کە نووسەر ئامادەی بووە) ووتوویەتی: ئەو گرفتە سەرەکییەی دوچاری سەرۆکەکانی وولاتانی جیهانی سێیەم دەبێتەوە، بریتییە لە بەرزبوونەوەی مەترسیداری بڕی تێچوونی بەڕێوەبردنی دەوڵەت، بە جۆرێك کە دەوڵەت لە توانایدا نییە بیهێنێتە دی. یەکێك لە ئامادەبووان پرسی: داخۆ دەتوانن چی بکەن بۆ یەکێك لە ناوچە وێرانەکانی ئەفریقایی لە باشووری بیابانییەوە. نووسەر ئەوەی پێشنیاز کرد کە باشتر وایە بەڕێوەبردنی ئەو ناوچانە بدرێتە دەست یەکێك لە خاوەندارانی کێڵگەی پەروەردەی ئاژەڵی کە ئەوروپیین و لەوێ نیشتەجێن، تاوەکو بەو ڕێگەیە بەڕێوەی ببات کە کارە سەرکەوتووەکانی خۆی پێ بەڕێوە دەبات.

سەرۆك وەزیری پێشووی ئەفریقیا لە وەڵامی ئەمەدا ووتی: کاتێك کاری سەرۆکایەتی پێسپێردراوە، بەرامبەر بڕی تێچوونە گەورەکان سەرسام بووە کە بۆ باڵیۆزخانەکان و هێزە تایبەتییەکان تایبەت کرابوو، لەبەرئەوە کاری بۆ کەمکردنەوەی کرد ئەوەش هەموانی تووڕە کرد، هەروەها موچەی وەزیرەکانیشی زۆر بەرز بوو، زۆربەی ئەم تێچوونانەش یەکێکە لە هۆکارەکانی داڕمانی سستمی حوکم لە زۆربەی وولاتە ئەفریقییەکان، هەروەك لە سیرالیۆن و ڕواندە و سۆماڵ و چەند وولاتێکی دیکەدا ڕوویداوە. بەرنامەی دەستەی گەشەپێدانی نەتەوەیی ئەو بارودۆخە گشتییەی ئەفریقیا و زۆر وولاتانی جیهانی سێیەم لەبەرچاو دەگرێت. مۆرگان بەم پرسیارە کۆتایی بە ڕاپۆرتەکەی دەهێنێت، ئایا هەموو ئەم شوێنانە شایانی ئەوەن لە سەروو هەموو شتێکەوە بە دەوڵەت دابنرێن، بەو مانایەی کە لە ووشەی دەوڵەت تێدەگەین؟

ڕەنگە وەڵامی گونجاوی ئەم پرسیارە هەر ئەوە بێت کە خودی مۆرگان خۆی پێشنیازی کرد و ئەوەی لە بڕوای ئەو نووسەرانەدایە کە بایەخ بە ئایندەی دەوڵەت وەك ڕێکخراوێکی سیاسی دەدەن، لەوەی ئەم کۆمەڵگەیانە بە تایبەتی ئەفریقیا بە پێی ئەو ڕێساو شێوازانەی بەڕێوەبردن کە کۆمپانیا بازرگانیەکانی پێ بەڕێوە دەبرێت، لە بری ئەوەی هەوڵ بۆ ئەوە بدەن کە بنەما و پرنسیپەکانی سەر بە وڵاتە پێشکەوتووەکانی لەسەر جێبەجێ بکەن، چونکە ئەمە ڕازی بوونی وەبەرهێنە بیانیەکان و هەست بەکاربوونی گەورە بەرهەمهێنەکانی دەرەوەی بۆ زامن دەکات، ئەوانەی دەزانن چۆن کاریگەرانەو لە ڕێی قازانجەوە پرۆژەکانیان بەڕێوەبەرن، وڵاتانی جیهانی سێیەم لەمەدا سوودێکی گەورە دەبینێت، هەروەك هەندێك لە وڵاتە پێشکەوتووەکانی خۆرئاوایی وەك بەریتانیا و نیوزلەندا.. تاد دەیبینن، بە جۆرێك کە حکومەت هەندێك بەرپرسیارێتی و پڕۆژەکانی خۆی دەداتە دەست وەکالەتە بازرگانیە تایبەتەکان و ئەوەش سەرکەوتنێکی زۆر و گەورەی بۆ بەدەست دەهێنن.

لەگەڵ ئەوەی تا ئێستا شتێك لەو جۆرە نەبووە کە هەموو کاروباری کۆمەڵگە بدرێتە دەست ئەمجۆرە کۆمپانیا و وەکالەتانە، بەڵام حاڵەتی کۆمەڵگەی ئەوتۆ هەیە کە سەرکەوتنی باشی بەدەست هێناوە و حکومەتی والێکردوە کە هەندێك بەرپرسیارێتی بداتە دەست دەزگاتایبەتیەکان وەکو (هۆنگ کۆنگ)، لە کاتێکدا حکومەتەکانی دیکە زۆربەی تواناکانی خۆیان دەخەنەکار بۆ هاندان و ڕاکێشانی وەبەرهاتووە بیانیەکان، کە لە کۆتاییدا زۆر دەستکەوتی ئابووری و سیاسی و بۆ دەهێننە دی، ئەویش بە پێچەوانەی ئەو کۆمەڵگایانەی کە سیستمی سیاسییان دارماوە لە ئەنجامی خراپ هەڵسوکەوت و سەرقاڵ بوونی دەوڵەت بە کاروباری دیکەی تەواو سیاسییەوە و گرفتی سەرکردایەتییان کردۆتە گرفتی ڕەهاو سەرەکی لە پەیوەندییەکانیاندا بە دەرەوە، ئەمەش بووە هۆی گۆشەگیری ئابووری و سیاسی و چوونە ناوەوەیان بۆ دوژمنایەتیەکی دیار یان شاراوە لەگەڵ هەندێك هێزی ساسی کاریگەری دیکەوە لە ژێر دروشمی ئەوەی هەندێك پێی دەڵێن (خەیاڵپڵاویی) سەربەخۆیی تەواوی سیاسی لە سەردەمێکدا کە خودی وڵاتە گەورەکانی خۆرئاوا بایەخ بە وازهێنان لەم سەربەخۆییە تەواوە و سەرکردایەتیە ڕەهایە دەدەن بۆ هێنانەدی هاریکارییەکی زیاتری نێوانیان لە پێناو ڕووبەڕووبوونەوەی گۆڕانکارییە نوێیەکان لە جیهانی هارچەرخدا یان ئەو دۆخ و ڕووداوە ناچاوەڕوانکراوانەی لە داهاتوودا ڕوودەدەن.

باروودۆخی دەوڵەت لە داهاتوودا

لەگەڵ دان هێنان بەوەی کە ئێستا دەوڵەت، نەتەوە لە زۆربەی شوێنی جیهاندا شێوەیەکی بنەڕەتی و زاڵە لە بەستنەوەی سیاسیدا، بەڵام زۆربەی گومان و مشتومڕەکان دەربارەی ئاست و ئەگەری بەردەوام بوونی دەوڵەتە لە داهاتوودا، بە تایبەتی کە دەبینین هەندێك باروودۆخ و هۆکاری دیاردە کۆمەڵایەتی و سیاسی و ئابوورییەکان کاریگ دارمانی قەوارەی دەوڵەت نەتەوە دەکەن وەك ڕێکخراوێکی سیاسی کاریگەر، کە دەبێتە هۆی ئەوەی دەوڵەت لە زۆربەی ناوچەکانی جیهاندا بە پێشکەوتوو و تازە پێگەیشتووە وە نەمێنێت، یاخود بە پێچەوانەی ئەمەوە، کاریگ ئەمانی هەندێك لەم دەوڵەتانەو دەرکەوتنی دەوڵەتی نوێ دەکات کەلەسەر بنەڕەتی ئاڵەی هەستی ئارەزووکردنیان بە (یەك نەتەوەیی) دامەزرابێت، وەك ئەوەی لە هەڵوەشاندنەوەی یەکێتی سۆڤیەت یان یوگسلافیا ڕوویدا لە ئەنجامی کێشمەکێشی بنەچەیی و ئایینییە لێك دوورەکان.

لەگەڵ ئەمەشدا بەڕای زۆر لە نووسەران دەرکەوتنی ئەمجۆرە دەوڵەتە نوێیانە کارێکی کتوپڕ و کاتییە بۆ تێرکردنی هەندێك ڕەوت و سۆزی نیشتمانی و ئەم باروودۆخەش لە داهاتوویەکی نزیکدا نامێنێت، چونکە لەگەڵ پێداویستیە نوێیەکاندا ناگونجێت کە ڕەوتەکانی جیهانگیری دەیسەپێنێت، ئەوەی ئێستا پاڵ بە هەندێك لە وڵاتە سەربەخۆکان و خاوەن سەرکردایەتیەکانەوە دەنێت کە تێکەڵاوی یەکتربن بۆ پێکهێنانی قەوارەیەکی سیاسی و ئابووری گەورەو تەواوکەر، واتە ئەوەی لەسەر بنەماو پرەنسیپێك دامەزرابێت کە تەواو لەگەڵ چەمکە باوو تەقلیدییەکاندا نەگونجێت کە هەموو دەوڵەتێك/ نەتەوەیەك چڕ دەبێتەوە لە سەری وەك دووچەمکی نیشتمانی وسەرکردایەتی ...تاد، ڕەنگە ئاشکراترین نموونەی ئێستا یەکێتی ئەورووپی بێت و ئەوەی مەرجە تایبەتیەکانی بەئەندام بوونی تیادایە و ئەوەی بەندە بە پێکهاتەکەیەوە، لە ڕازی بوونی بەو باروودۆخە نوێیانە کە تەواو لەگەڵ وێناکردنە تەقلیدییەکان دەربارەی سەرکردایەتی و سەربەخۆیی دەوڵەت نەتەوە ناگونجێت، لەوا کە ئەم تێکەڵ بوون و یەکگرتنەیان پێویستی بە چاوپۆشینە لە دەسەڵاتەکانیان لە پێناو هێنانەدی ئەو قەوارە نوێیەی کە ئاستەکانی هێزی سیاسی کاریگەری ئابووری و کۆمەڵایەتی و ڕۆشنبیری دێنێتەدی، ئەوەی کە هیچ دەوڵەتێك نەتەوەیەك ناتوانێت بە تەنها بیهێنێتەدی. پێدەچێت زۆر دەوڵەتی سەربەخۆی دیکە بەهیوان بچنە نێو ئەم یەکێتییەوە، چونکە درك بە گرنگی بە ئەندام بوونی ئەم قەوارە بەمێزە دەکەن کە توانای

مامەڵەکردنی لەگەڵ گرفتەکانی ئێستاو داهاتوودا هەیە، لەگەڵ ئەوەشدا کە بە ئەندام بوون لەم نێوەندەدا مانای وازهێنانی ڕێژەییان دەگەیەنێت لەپرەنسیپی سەربەخۆیی تەواو و سەرکردایەتی ڕەهایان کە ئەگەرچی لە ڕووی تیۆری دەوڵەت / نەتەوە —وە جیای دەکاتەوە.

بەنێویەکداچوونی کەلتوورەکان

لە ڕاستیدا بەگژدا چوونەوەیەکی زۆر ڕووبەڕووی دەوڵەت/ نەتەوە دەبێتەوە و هەڕەشە لە توانای پاراستنی گرنگترین سیماو هۆکارەکانی جێگیر بوون و یەککرتوویی دەکات، ئەوەی زۆربەی کاتەکان بەبێ گومان لەسەر بەرگەزبوونی دانیشتوان دامەزراوە لە ڕووی بنەچەیی و ئایینی و کەلتووری و لێکبووردندا، ئەو جۆراو جۆرییەی دژ بەم بەرەگەز بوونە نییەو نابێتە چاوگەیەك بۆ کێشمەکێشی ناوخۆیی.

گرنگترینی ئەم بەگژدا چوونەوەیە کە ئێستا لە هەمووی مەترسیدارترە، بریتیە لە زیاتر فراوان بوونی پشتێنەی جووڵەی دانیشتوان و کۆچکردنەکان و نیشتەجێکردنەکان کە دوچاری زۆربەی کۆمەڵگاکان دەبێتەوە، بە تایبەتی وولاتانی پێشکەوتووی خۆرئاوا کە پێشوازی لە ژمارەیەکی زۆری کۆچکردوەکان دەکەن کە لە ڕووی بنەچەو زمان و کەلتوورەوە لە دانیشتوانە بنەڕەتیەکانی ئەم کۆمەڵگایانەدا جیاوازن، ئەوەش دەبێتە هۆی نیگەرانی و بەرەو تێکچوون و توندو تیژییان دەبات وەك هێمایەك بۆ ڕەتکردنەوەیان لەلایەن دانیشتوانە بنەڕەتیەکان، دیاردەی کۆچکردنی ئەوانەی بە مەبەستی کار یان جێگیربوون و نشتەجێبوون دەچن بەشێوەیەکی ئاشکرا لە وولاتانی بەریتانیا و فەرەنسا و ئەڵمانیا و بگرە سویسرا و وولاتانی دیکەش دیارە، کە پێیان وایە ئەم کۆچکردنانە جۆرێك لە نێو بەیەکدا چوون دروست دەکات کە هەڕەشە لە کەلتوور و شێوازی ژیانیان و بگرە لە بوون و قەوارەیان لە ڕووی ژمارەییەوە دەکات، بە جۆرێك هەندێك لەم وولاتانە لەوە دەترسن کە بەردەوام بوونی کۆچکردنەکان وادەکات دانیشتوانە بنەڕەتیەکان ببنە کەمینە لە نێو کۆمەڵگەیەك کە لەڕووی ڕەگەز و بنەچەو زمان و ئایینەوە جۆراو جۆرن، ئەمیش دەبێتە هۆی لاواز بوونی کەلتووری نیشتمانی یان نەتەوایەتی بنەڕەتی.

خۆرئاوا هەست بە وەدەکات کە دانیشتوانە کۆچکردوو جێگیرەکان پارێزگاری لەبوون و قەوارەی ڕاستەقینەی خۆیان دەکەن بۆ نیشتمانی بنەڕەتی خۆیان نەك بۆ ئەو نیشتمانەی تیایدا نیشتەجێ بوون، ئەم حاڵەتەش بۆ نەوەکانی دواتریان دەمێنێتەوە کە پارێزگاری لە ژیانی تایبەتی خۆیان و مامەڵەکردنیان بە زمانی بنەڕەتی خۆیان بکەن، بەمەش چەندین دورگەی مرۆیی دروست دەکەن کە هێندەی ئەماوە تەواو لە دەوروبەرە کەلتووری و کۆمەڵایەتی و سیاسییەکەی تیایدا دەژین بترازێن. لەم بارەیەوە یەکێك لە سیاسەتمەدارانی سویسرا ووتبووی: ئەگەر یارییەکی تۆپی پێ لە نێوان سویسرا و ئیسپانیادا بکرێت، ئەوا ئەو سویسرییانەی بە بنەچەو بنەڕەت ئیسپانین دەبنە هاندەری ئیسپانیا، لایەنگری سەرکەوتنی ئیسپانیا و دۆڕانی سویسرا دەبن! ئەمەش بەڵگەیەکی دیارە کە پەنابەران هەست بەوە ناکەن کە سەربەنیشتمانە نوێییەکانن، هەر ئەمەش کە هەڕەشە لە یەکێتی سویسری دەکات.

سەیر ئەوەیە هەندێك لە نووسەرانی ئەمریکی لە (یەکێتی) کۆمەڵگەی ئەمریکی دەترسن لە ئەنجامی ئەو کۆچکردنانەوە، بەو پێیەی ئەمریکا کۆمەڵگەیەکی کراوەیە بۆ هەموو ڕەگەز و بنەچە و ئایین و زمان و کەلتوورەکان. ئێستا ئەو دانیشتوە سپی پێستانەی بە ئینگلیزی دەدوێن– کە زمانی ڕەسمی و سەرەکیە– ڕێژەی کەمینە پێکدەهێنن بە بەراورد بە دانیشیتوانەکانی دیکە، بە تایبەتی ئەوانەی بە زمانی ئیسپانی و چینی و کەمتریش بە زمانی فەرەنسی و زمانەکانی دیکە دەدوێن. ئەو نووسەرانە لەوە دەترسن ڕۆژێك دابێت کە هەندێك لەم کۆبونەوانە داوای سەربەخۆیی بکەن، بەپشت بەستنیان بە زۆریی ژمارەیان و جیاوازی کەلتووریان و زیادبوونیان بە ڕێژەیەکی زۆرتر و خێراتر لە دانیشتوانە بنەڕەتیەکان، سەرەڕای ئەوەی (وەلاتە یەککرتووەکانی ئەمریکا) لە ڕاستیدا هەموو دەوڵەت پێکدەهێنێت نەك هەموو نەتەوەیەك، هەروەها سەرەڕای ئەوەی کەرێژەی گشتی لە جیهاندا بەرەو پێکەوەلکان و یەککرتنی قەوارە سیاسیە بچووکەکان دەڕوات، لە یەکێتییەکی گەورەتر و بەهێزتردا بۆ هێنانەدی بەرژەوەندییە سیاسی و ئابووری و کەلتوورییەکان و دابینکردنی هۆو ئامرازەکانی ئاسایشی ناوخۆ و دەرەوە.

کرانەوەی میللەتان

لەلایەکی دیکەوە ئەو پێشکەوتنە بەردەوام و خێرایەی کە لە بواری تەکنەلۆژیای پەیوەندی و زانیارییەکان و تەکنەلۆژیای بایۆلۆژیدا ڕوو دەدات، بەبڕوای زۆر کە بەشداری دەکات لە لاوازکردنی توانای دەوڵەت/ نەتەوە داو زاڵبوونی بەسەرمیللەتاندا، ئەویش لە ئەنجامی کرانەوەی ئەم میلەتانە بەرامبەر ڕووداوەکانی جیهان و سستەم و کەلتوور و جووڵەی فیکرییە بەریەککەوتووکان، لەنێو ئەوانەشدا ئەو بزوتنەوانەی کە بانگەشەی یاخی بوون دەکەن لە بارودۆخە سیاسیو ئابووری و کۆمەڵایەتیەکان کە بەسەر هەندێکیاندا

سەپێنراوە، ئەوەش وادەکات هاوڵاتیەکی سادە وا هەست بکات کە ئەو هاوڵاتیەکە لە جیهاندا نەك لە دەوڵەت/نەتەوەیەکی جوگرافیا ڕووبەر دیاریکراو، بێگومان ئەمەش بەشێکی زۆر لە هەست و سۆزی مرۆیی لەدەست دەدات کە مرۆڤی پێ جیاکراوەتەوە، لەئەنجامی بەکارهێنانی ئینتەرنێت و ئامرازەکانی دیکەی پەیوەندی ئەلکترۆنی دیکەوە، کە پێشتر بایەخی بە پەیوەندییە ڕاستەوخۆکان دەدا.

ئاشکرایە جیهان ئێستا بەخێراییەکی زۆر خێراتر لە کاتی ڕاستی واقیعەوە (پەرە دەسێنێت)، بەهۆی شۆڕشی کۆمپیوتەر و ئینتەرنێتەوە، ئەو پرۆسانەی (پەرەسەندن) کە چەندین سەدەی درێژیان دەخایەند، وائێستا لە کاتێکی زۆر کورتدا ڕوو دەدات. ڕەنگە ئەمەش لەبواری سیاسیو نێودەولەتیدا لەسەر دەوڵەت/نەتەوەش ڕاست بێت، کە ئێستا بە قۆناغی تەنگژەیەکی ترسناکی مێژووەکەیدا دەڕوات پاشان چەند گۆڕانکارییەك ڕوودەدات و دەبێتە هۆی لاوازبوونی بنەما بنەڕەتیەکان، بەتایبەتی ئەوەی بەندە بە چەمکی سەرکردایەتیو سەربەخۆیی سیاسیو ئابووریو کەلتوورییەوە لەژێر پەستانەکانی جیهانگیریدا، چونکە جیهانگیری وەك چۆن کاریگەری لاوەکی بەسەر بەڕێوەبردنی کاروباری سیاسی و کۆمەڵایەتیەوە هەیە، هەروەاش کاریگەری بەسەر کاروباری ئابووری و بەڕێوەبردنی دەوڵەتدا هەیە لەسەر بەخۆییەکی تەواویدا و بێ ئەوەی ملکەچی هیچ دەسەڵاتێك بێت لە بەڕێوەبردنی سیاسەتی گشتی ئەو دەوڵەتەدا، بە تایبەتی لە بواری نێو دەوڵەتیدا، بەبێ دەسەڵاتە خودییەکەی خۆی.

بێجگە لەمە، Gary Dean لە ڕاپۆرتێکیدا کە مانگی تشرینی یەکەمی 1998 بەناونیشانی (جیهانگیری و دەوڵەت / نەتەوە) بڵاوی کردەوە، دەڵێت: سەرەڕای دانهێنانی (تیۆرییانە) بەسەرکردایەتی نیشتمانی زۆریەی دەوڵەتە سەربەخۆکان، کەچی زۆرجار دەبینین دەوڵەتە بەهێزەکان دەسەڵات و لایەنگیری خۆیان بەسەر دەوڵەتە لاوازەکاندا دەسەپێنن و دەست لە کاروباری ناوخۆییان وەردەدەن، لەبەرئەوە لای زۆر کەس چەمکی باوی سەرکردایەتی دەوڵەت/ نەتەوە بۆتە ئەفسانەیەك، لەگەڵ ئەو ڕۆڵەی ئەم چەمکە لە پەیوەندییە نێو دەوڵەتیەکاندا دەیگێڕێت. تەنانەت وا چاوەڕوان دەکرێت و بە تێڕوانین لەو گۆڕانکارییانەی بەسەر تەرازووی هێزدا دێت وڵاتە بچووکەکان ئامادە بن دەست لە بەشێکی سەرکردایەتیە نیشتیمانیەکەیان هەڵگرن بۆ هەندێك وڵاتی بەهێز، بەرامبەر دابینکردنی ئاسایشو زامن کردنی سەلامەتی وپاراستنی لە دوژمنایەتی دەرەکی، بێجگەلە هێنانەدی هەندێك دەستکەوتی ئابووریو کۆمەڵایەتی بۆ میلەتەکانیان. لەبەرئەوە پرەنسیپی سەرکردایەتی ڕەها کە لە زۆربەی حاڵەتەکانی ڕابردوودا نەهاتۆتە دی لەحاڵەتە دەگمەنەکاندا نەبێت لەداهاتوودا نایەتەدی، بەتایبەتی لە ژێر سایەی دەسەڵاتی هەندێك دامەزراو ڕێکخراوە جیهانیەکان و قورسی ئەو مەرجانەی بەسەر وڵاتە بچووکەکان وڵاتەکانی جیهانی سێیەمدا دەیسەپێنن، هەروەك لە بانکی جیهانی و ڕێکخراوی بازرگانی جیهانی و سندوقی نەختی نێودەوڵەتیدا بەرچاو دەکەوێت، لەگەڵ کاریگەری ئەم ڕێکخراوانە لەسەر سیاسەتی ئابووری ئەم دەوڵەتانەو دەستێوەردانیان لە دەسەڵاتی سیاسییان ئێمە لە زیادبوونی سەپاندنی دەستێوەردانی سەربازی و سزای ئابووری تووڕە دەبین، بەڵام نەك بە تەنها لە دەستەی نەتەوەیەکگرتووەکان یان لە ئەنجوومەنی ئاسایش، بەڵکو هەروەها لە وڵاتە بەهێزەکانیش، وەك وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا کە دەتوانێت سستمی دەسەڵاتداری وڵاتە بچووکەکان بڕوخێنێت، یان گومان لە یاسایی ئەو سستمە و توانای بەڕێوەبردنی کاروبارە ناوخۆییەکانی

بکات.. ئەم حاڵەتانە ئێستا لە هەموو کاتێك زیاتر ڕوودەدات.

لە مەودوا کۆمپانیا گەورە کیشوەربڕەکانی وەك کۆکاکۆلا و ئەی بی ئێم و مایکرۆسۆفت لەڕێی سەپاندنی هەژموونی ئابوورییە داپڵۆسێنەرەکەیەوە و لەڕێی دەست تێوەردانیەوە و کاریگەری لەسەر سەرکردایەتی دەوڵەتدا سەرکەوتوو دەبێت، بە جۆرێك کاریگەری هەندێك لەم کۆمپانیا گەورانە لەسەر ئاستی جیهانی زۆر لە کاریگەری سیاسی ژمارەیەك دەوڵەتی بچووك پێکەوە زیاتر دەبێت، ئەم هۆکارانە پاڵ بە هەندێك نووسەرەوە دەنێت کە بڵێن: بەم زووانە سەرکردایەتی دەوڵەت / نەتەوە لە بڕیار و پەیوەندییە دەرەکیەکانیدا دەبێتە یادەوەرییەکی مێژوویی قۆناغێك لە قۆناغەکانی مێژووی درێژی مرۆڤایەتی، بە تایبەتی کە بیرۆکەی سەرکردایەتی دەوڵەت/ نەتەوە بەو مانایەی کە ئێستا پێی ناسراوە بۆ دوورترین کاتی ناگەڕێتەوە بۆ ناوەڕاستی سەدەی حەڤدە.

لە دوورکەوتنەوەوە بۆ هاریکاری

ڕەنگە هەموو ئەم پێشبینییانە لە داهاتوویەکی نزیکدا بەدینەهێن، وەك پێدەچێت کۆمەڵگەی کرێیی- بە بڕوای زۆرکەس - هێشتا پێویستی بە بوونی ڕێکخستنێکی سیاسی هەیە کە لەسەر پرەنسیپەکانی دەوڵەت/ نەتەوە دامەزرابێت، نەك تەنها لە پێناو بەڕێوەبردنی کاروباری ناوخۆیی ئەم دەوڵەتە/ نەتەوەیە یان یەکێکی دی، بەڵکو هەروەها لە پێناوهێنانەدی هاوکاری نێو نەتەوەیی و هاریکاریکردنی نێوان میللەت و حکومەتەکان بۆ ماوە درێژەکانی داهاتوو. سەرەڕای زیاد بوونی مەیلەکان بەرەو یەکێتی یان تێکەڵ بوونی کۆمەڵێك دەوڵەت پێکەوە بۆ هێنانەدی ئامانجە دیاریکراوەکان، دەبینین لایەنگرانی بیرۆکەی بەردەوام بوونی دەوڵەت/ نەتەوە لە بووندا سەرەڕای هەموو کارلێکتەرە دژکارەکان، پێیان وایە چەمکی دەوڵەت/ نەتەوە بریتیە لە بەرجەستەکردنی ئیرادەی سیاسی میللەتی ئەم دەوڵەتە/ نەتەوەیە و درك بەبوونی خۆی دەکات و شانازی بە قەوارەی خۆی و هەستکردنی بەوەی لە کەسانی دی جیاوازە دەکات، نەك بەرجەستەکردنێك بێت بۆ ئیرادە یان درککردن یا خود ڕای هەر ڕێکخراوێك کە لە دەوڵەت / نەتەوە گەورەتربێت، یاخود بەرجەستەکردنێکی دیدوبۆچوون یان ئیرادەی هەر کۆمەڵێك لە کۆمەڵەکانی مافەکانی مرۆڤ بێت کە بۆ نموونە داکۆکی لە مافی کۆچکردن و پەنابەری و نیشتەجێ بوون دەکات، لەگەڵ ئەوەی درك بەوەدەکات کە ئەو ڕازیبوونەی بە پێدانی ئەم مافانە و جێبەجێ کردنیان لە واقیعدا چەندە مەترسی بۆسەر ئاسنامەی دەوڵەت (ئەو دەوڵەتەی کۆچکردووەکان لە خۆدەگرێت) هەیە.

جیهان ئێستا ئامادەکی زیاترە بۆ ڕازی بوونی بیرۆکەی دەسەڵاتی یەك کەلتوور و یەك ئایدۆلۆژیا و یەك دیدو بۆچوون کە باڵ بەسەر زۆربەی وڵاتانی جیهاندا بکێشێت، ئەگەرچی ڕاستیە مێژووییەکان هێما بەوە دەدەن کە لە مجۆرە ڕەوتە بۆ یەککرتنی زیاتر ڕووبەڕووی چەندین ڕەوت و بزوتنەوەی دژکار دەبێتەوە کە کاریگەرییەکەی لاواز دەکات و ڕەنگە هەر لە ناویشی بەرێت. ئەمەش ئەو گرفتەیە کە دوچاری ئاینەدەی دەوڵەت/ نەتەوە دەبێتەوە، ئەو دەوڵەتە / نەتەوەیەی دوچاری گۆڕانکاری زۆر و لاوازی و پاشەکشێکردن لە بەردەم دەسەڵاتی یەکە سیاسیە گەورەکان دەبێتەوە. ئەمەش پاڵی بە زۆر نووسەرەوە ناوەکە بڵێت: بوونی دەوڵەت/ نەتەوە (ئەمڕێکە- خراپەیەکە- و هەردەبێت ببێت) و ئەم بوونەش بۆ ماوە درێژەکان بەردەوام دەبێت، هەڵەیە وا بزانین بەم زووانە ئەم ڕێکخراوە سیاسییە بڕەێت کە بوون و کاریگەری خۆی بەدرێژایی سەدەکانی ڕابردوو سەلماندووە، تا ئێستاش هەر بنەڕەتی پەیوەندییەکانی کارلێکردن و هاریکارییە، بگرە بنەڕەتی لێکترازان یان دوورکەوتنەوە لە یەکتر و کێشمەکێشەکانە لەسەر ئاستی جیهانی.

ڕەنگە دەوڵەت/ نەتەوە بەتەنها لە توانایدا نەبێت بەسەر زۆربەی گرفتە گەورەکاندا زاڵ بێت کە لە داهاتوودا ڕووبەڕوی دەبێتەوە، بەبێ یاریدەی پێکهاتە سیاسی و ئابووری و کەلتوورییە گەورەکان ناتوانێت هیچ بکات، هەر لە گرفتەکانی ژینگەوە تا دەگاتە گرفتەکانی ئاسایش و ئابووری و پەیوەندی- گەیاندن- و بگرە گرفتەکانی توژینەوەو زانست و تەکنەلۆژیا، هەرچەندە ئەمەش بە پێویست نابێتە هۆی بزربوون و نەمانی دەوڵەت/ نەتەوە وەك ڕێکخراوێکی سیاسی، ئەگەرچی هەروەها بە پێویست ملکەچی گۆڕانکاری و چاککاری لە پرەنسیپی سەرکردایەتی ڕەها دەبێت، تاوەکو ئەم ڕێکخراوە بتوانێت سەرەڕای گەردەلوولەکان لە بووندا بەردەوام بێت، ئەو گەردەلوولانەی خەریکە بەرەو باوەشی یەکێك لەو قەوارە گەورانەی دەبات کە لەیەکێتی هەندێك دەوڵەت دروست بووەو بەرژەوەندییە سیاسی و ئابووری و سیاسییەکانیان هاوبەشە.

فڕۆکەی کارەبایی بەڕێوەیە

پەرچڤەی: پەیمان

ئاخۆ ڕۆژێك بێت کە بەچاوی خۆمان فڕۆکەی بێ ژاوەژاو فڕۆکەی بێ پاشەڕۆببینین؟ ئەوە خەریکەو خەریکە دێتە دی!!

-دیمەنی فڕۆکەیەك بە ئاسمانەوە سەرنجمان بۆ زۆرشت ڕادەکێشێت، لەوانە بابەتی ژینگەیی، پاشەڕۆی سووتەمەنی زیانبەخش بە ژینگە و دەنگی بەرزو ژاوەژاوی بزوێنەرەکانی کە ژیان تاڵ دەکات لەو ناوچانەی کە فڕۆکەخانەکانیان لێوە نزیکن، ئەندازیارەکانی ئاژانسی فەزایی ئەمەریکی (ناسا) لە هەوڵی ئەوەدان کە فڕۆکەیەکی وا دروستبکەن کە بەووزەی کارەبا کاربکات لە جیاتی سووتەمەنی پترۆڵی، ئەوان گەشبینیشن بەوەی کە بتوانن لە داهاتووی نزیکدا جۆرە فڕۆکەیەکی وا دروستبکەن کە بە ووزەی کارەبا کاربکات و لەشێوەشدا هەروەك فڕۆکەکانی ئێستا وابێت، تەنها لەوەدا جیاوازبن کە ئەو فڕۆکە نوێیانە بە ووزەی کارەبا کاردەکەن، بەڵام ئاخۆ ئەو ووزە زۆرەی کە ئەو فڕۆکەیە دەجوڵێنێت لە کوێوە بێت؟ هەرگیز ئەو ووزە زۆرە لە پاتریەوە نایەت، چونکە ئەو پاتریەی کە ئەو ووزە زۆرە بدات، دەبێت زۆر گەورە و قورس بێت ئەوەش نەك تەنها بە گوێرەی فڕۆکەکان بەڵکو بۆ ئوتومبیلەکانیش، بۆیە دەشێت کە بووترێت تا ئێستاش ئوتومبیلێك دروستنەکراوە کە بە تەواوی بە ووزەی کارەبا کاربکات، کە هۆکاری ئەوەش زۆرن لەوانە هۆکاری هونەری و تەکنیکی، بەڵام بە هەرحاڵ بێت تروسکاییەك وا لەبەردەم کۆمپانیاکاندا بۆ زاڵ بوون بە سەر ئەو گرفتانە کە ئەویش خانە سووتەمەنیەکانە Fuel Cells ئەندازیارەکانی ناسا دەڵێن کە هەڵبژاردنی خانە سووتەمەنیەکان نەك هەر باش دەبێت بۆ ئوتومبیلەکان بەڵکو مژدەبەخشیش دەبن بۆ فڕۆکەی کارەبایی دوا ڕۆژ، هەرچەندە ئێستا بەکارهێنانی ئەو خانە سووتەمەنیانە زۆر بڵاو نیە. بەڵام ئەمە ئەوە ناگەیەنێت کە ئەو خانە سووتەمەنیانە نوێ بن، یەکەم خانەی سووتەمەنی لە ساڵی 1839 دا لەلایەن (سێرولیام کروف)ەوە لە بەریتانیا دروستکرا، لە ساڵی 1894دا (واڵتەر هێرمن نرست) بنەما بنەڕەتیەکانی خانەی سووتەمەنی داڕشت، (نرست) هەر خۆی یاسای سێیەمی دینامیکی گەرمی داڕشت و لەسەر ئەوەش خەڵاتی نۆبڵی وەرگرت.

(دروست) پێشنیاری بیرۆکەی وەرگرتنی تەزووی کارەبای کرد ڕاستەوخۆ لە خانە سووتەمەنیەکانەوە کە ئەوەش بە (گۆڕانی ڕاستەوخۆی ووزە) دەناسرێت واتە DEC (Direct Energy Conversion)، ئاشکرایە کە بەشێك لە ووزە بە فیڕۆدەڕوات لەکاتی بەکارهێنانی ئەو دینەمۆیانەی کە بە سووتەمەنی پترۆڵ کاردەکەن، بۆ ڕزگار بوون و لەو بەفیڕۆچوونە بیرۆکەی خانەی سووتەمەنی هاتە کایەوە بە جۆرێك ڕاستەوخۆ ووزەی سووتەمەنیەکە بگۆڕدرێت بۆ ووزەی کارەبا، بۆیە کاری خانەی سووتەمەنی هەروەك کاری پاتری وایە تاڕادەیەکی زۆر ئەوە نەبێت کە کاتی گۆڕینی کیمیاووزەکە بۆ کارەبا ووزەکە جیاوازە. هایدرۆجین شلەکە بە هۆی جەمسەرێکی ڕووکەش کراو بە پلاتین شیتەڵ دەبێت بۆ ئەلکترۆن و پرۆتۆن کە پرۆتۆنەکان لەلای خۆی گل ئەداتەوە و لە هەمان کاتدا جەمسەرێکی دیکە ئەو ئەلکترۆنانە و ئەلکترۆنەکانی گازی ئۆکسجین دەگرێتەخۆ، بەوەش دوو جەمسەرەکە بارگاوی دەبن بە دوو بارگەی جیاواز و لەوەشەوە جیاوازیەکی پەستانی کارەبایی دروستدەبێت و ڕاستەوخۆ تەزووی کارەبا دەدات کە ئەگەر ئەو دوو جەمسەرە لە سوڕێکی داخراودا بەسترا.

لەوانەی پێشەوە دەردەکەوێت کە خانە سووتەمەنیەکان کۆمەڵێک سیفەتی باشیان هەیە لەوانەش بەرزی چوستیان کە دەگاتە 70٪ و، نەبوونی هیچ پارچەیەکی جوڵاو تیایاندا کە پێویستیان بە پاراستن و نوێ کردنەوە دەبێت، لە هەمووی گرنگتر ئەوەیە کە ئەو خانە سووتەمەنیانە هاوڕێی ژینگەن و هیچ پاشەڕۆیەك کە زیان لە ژینگە بدات دەرناکەن، تاکە پاشەڕۆیان ئاو و هەڵمەکەیەتی بە پێچەوانەی دینەمۆکان کە گازەکانی یەکەم ئۆکسیدی کاربۆن (Co) و دوەم ئۆکسیدی کاربۆن CO_2 دەردەکەون و زۆر زیانبەخشن بە ژینگە، هەروەها سیفەتێکی دیکەی باشی ئەو خانانە بریتییە لە نەبوونی دەنگ لە کاتی ئیش کردنیان و بەکارهێنانیاندا کە ئەوەش هۆکارێکی دیکەی پاکڕاگرتنی ژینگەیە.

لە ئێستادا یەکێك لە بوارەکانی بەکارهێنانی ئەوخانە سووتەمەنیانە ئەوەیە کە بەکاردێن لە گەشتە دەریاییەکان و ژێر دەریاییە ئاساییەکان (نا ناووکیەکان) هەروەها لە پەنجا ساڵ لەمەوبەرەوە ئاژانسی فەزایی ئەمەریکی (ناسا) بیری لەوەکردۆتەوە کە بەکاریان بێنێ لە گەشتە فەزاییەکاندا وەك سەرچاوەیەکی بێ دەنگی ووزە کە لەو کاتانەدا ووزەی خۆرو ووزەی ناووکی بەکاردەهات.

بەکارهێنانی ووزەی خۆر و ووزەی ناووکیش بۆ خۆیان لایەنی خراپیو گرفتیان هەیە، بۆ خانە خۆرییەکان پلێتی خۆریان پێویستە کە گران بەهان و پاترییەکانیشیان گەورە و تەمەن کورت و چوستی نزمن، هەروەها پاتری ووزەی ناووکیش زیان دەدەن لە تەندروستی کەسانی بەکارهێنەری چونکە مادەی تیشکدەریان تێدایە، بۆیە گەڕانەوە بۆ بەکارهێنانی خانە سووتەمەنیەکان کە پێش زیاتر لە 100 ساڵ لەمەوبەرەوە دروست کرابوون و بەکارنەدەهێنران، گەڕانەوە بۆ ئەو خانە سووتەمەنیانە و بەکارهێنانیان لە گەشتە فەزاییەکان لای زاناکان کارێکی نموونەییە، شایانی باسە کە بەهۆی توانا بەرزی خانە سووتەمەنیەکانەوە، ئەو خانانە توانیویانە کە وەفدی کارەبا دابین بکەن بۆ گەشتە فەزاییەکانی کە گەشتیاری مرۆڤیان لە خۆگرتووە.

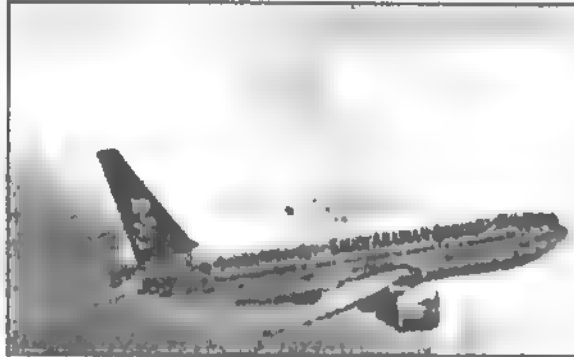
هەرچەندە تا ئێستاش بەکارهێنانی خانە سووتەمەنیەکان لە ژیانی ڕۆژانەماندا دەگمەن و کەمە لەبەر گرانییان، بەڵام زۆر لە کۆمپانیاکانی ئوتومبیل دروستکردن لە هەوڵی ئەوەدان کە نرخی ئەوخانە سووتەمەنیانە کەم بکەنەوەو زیاتریش بچووك و سادەیان بکەنەوە، کە لە ڕاستیدا خەریکە هەوڵی ئەندازیارەکانی ئەو کۆمپانیایانە سەربگرێت، بۆ نموونە ماوەیەك پێش ئێستا کۆمپانیای (دایملر- کرایزلر) جیهانی ئاساند بە ئوتومبیلی NECAR-4، ئەو ناوەش برتییە لە ناوی ئەو پرۆچەیەی کە لە کۆتاییەکانی نەوەدەکانەوە دەستی بەکار کردووەو، ناوی ئوتومبیلەکەش کورتکراوەی NEW Electric car کە یەکەم ئوتومبیلی لە مانگی مایۆی 1994دا دروستکراوە، کۆمپانیای بەرهەم هێنەر (دایملر- بنز) پلانی ئەوەی دارشتووە کە

خانەی سووتەمەنی دروست بکات بۆ بەرهەم هێنانی 100000 ئوتومبیلی لەو جۆرە لە ساڵی 2005دا واتە هەر ئەمساڵ، شایانی باسە کە NECAR-1 لە ساڵی 1994دا دروستکراوە و تەنها 2 کەسی هەڵدەگرن و دەیتوانی ماوەی 130کم ببڕێت. پاش دوو ساڵی دی NECAR-2 دروستکرا کە شەش نەفەری هەڵدەگرت و بەخێرایی 90کم/ کاژێر و ماوەی 250 کم ی دەبڕی، ئوتومبیلی سێیەم لە زنجیرەی NECAR-3 لە مانگی 9ی 1997 دا کە جیاوازە لە دوو نموونەکەی پێشوو چونکە گازی میسانۆڵ بەکاردەیهێنێت کە گازی هایدرۆجینەکە بەرهەم دەهێنێت.

واتە دەشێت کە مادەی دیکەی وەك (میسانۆڵ) و (ئیسانۆڵ) و گازی سروشتیش بەکاربهێنرێن لە خانە سووتەمەنیەکاندا کە ئەگەر ئەو مادانە پاشەڕۆی گازیشیان هەبێت ئەوا بە ئەندازەی پاشەڕۆی بەنزین زیان لە ژینگە نادەن، و چوستی هیچ یەکێك لەو مادانەش ناگاتە چوستی گازی هایدرۆجین، بەڵام لە هەندێك ڕووی دیکەوە مادەیەکی وەك میسانۆڵ سیفەتی باشی تێدایە کە لە هایدرۆجیندانیە، ئەویش ئەوەیە کە مادەی میسانۆڵ لە پلەی گەرمی ئاساییدا وەك بەنزین شلەو خەزانی بچووکی دەوێت لە ئوتومبیلەکەدا، بەڵام گازی هایدرۆجین بە شلی پێویستی بە خەزانی تایبەت و زۆر گەورە دەبێت لە ئوتومبیلەکاندا. جگە لەوەش ئەگەر لە ئوتومبیلەکانی داپڕۆژدا میسانۆڵ بەکارهێنرا ئەوا گۆڕانکاری واناکرێت لە ویستگەکانی سووتەمەنی، ئوتومبیلی NECAR-3 کە بە میسانۆڵ کاردەکات لە توانایدا هەیە کە 400کم ببڕێت تەنها بە 40 لیتر لە میسانۆڵ، بەبێ ئەوەی هیچ دەنگێکی لێوەبێت و پاشەڕۆکەشی تەنها هەڵمی ئاوە!

هەر ئەمساڵ 2005:

لە مانگی ئازاری 1999 هەموو جیهان ئوتومبیلی NECAR-4 ی ناسی کە هەروەك دوو نموونەکەی 1، 2 ی ئەو ئوتومبیلانە بە هایدرۆجین کاردەکات و توانای بزوێنەرەکەی 55 کیلۆ واتە و بە خێرایی 145کم/ کاژێر دا دەڕوات و لە توانایدایە ماوەی 450کم ببڕێت و کۆمەڵێك سیفەتی باشی هەیە کە لە ئوتومبیلە کارەباییەکانی دیکەدا نین، کە ئەوەش ئومێدی باشی بەخشیوە بە تایبەتکاران کە ئوتومبیلی دوا ڕۆژ کارەبایی بێت و بەو خانە سووتەمەنیانە کاربکات کە بەزۆری لە بەردەستدا هەبن هەروەك پیل و پاتری ئاسایی، نیازیش وایە هەر ئەمساڵ ژمارەیەکی زۆر لەو ئوتومبیلە کارەباییانە بەرهەم بهێنرێن.

لەپاش ئەو قۆناغە چاوەڕوانی ئەوە دەکرێت کە خانە سووتەمەنیەکان لە فڕۆکەکانیشدا بەکاربهێنرێن هەروەك ئەوەی مێژوو خۆی دووبارە بکاتەوە، یەکەم جار ئوتومبیل سەری هەڵداو بووە هۆکاری گواستنەوە و بەدوایدا فڕۆکەش هات، هەروەهاش بۆ جۆری سووتەمەنیەکانیان.

لە سەرەتای سەدەی ڕابردوودا بزوێنەری سووتاندنی ناوەکی لە ئوتومبیلەکاندا بەکارهێنراو زۆری پێنەچوو کە ئەو بزوێنەرانە بەکارهێنران لە فڕۆکەکاندا و مرۆڤ توانی ئەو خەوەی بێنێتە دی کە چەندین ساڵە خەوی پێوەدەبینێت، تایبەت کاران دەڵێن کە ئەو گۆڕانکاریانە هەروا بەردەوام دەبێت لە ئوتومبیلەکانەوە بۆ فڕۆکەکان.

یەکەمین فڕۆکە کە بە بزوێنەری سووتاندنی ناوەکی کاریکات لە ڕۆژی 27 ئابی1939 دا دروستکراوە بە پێ ی سەرچاوە مێژوویەکانی تەکنۆلۆژیا هەر چەندە لەو کاتانەدا فڕۆکەی ستوونی زیاتر زاڵ بوون بە سەرکەش و بارو دۆخەکەدا، بەڵام کۆمپانیای Heinkel ی ئەڵمانی بەردەوام بوو لە دروستکردنی فڕۆکە بە بزوێنەری سووتەمەنی ناوەکی تا ئەمڕۆمان. لە ساڵی 1941دا فڕۆکەیەکی دیکە لەو جۆرە دروستکراوە لە بەریتانیا، ئیتر هەر لەو کاتەوە تا ئێستا گۆڕانکاریەکان بەردەوامن لەو جۆرە فڕۆکانەدا.

ئەندازیارەکانی فڕۆکەوانی پرسیاری ئەوە دەکەن کە ئاخۆ بەکارهێنانی خانەی سووتەمەنی لە فڕۆکەکاندا دەبێتە هۆی گۆڕانکاری و پێشخستنی فڕۆکەکان بە هەمان شێوەی بەکارهێنانی بزوێنەری سووتەمەنی ناوەکی؟ ئەندازیارەکانی

ئاژانسی (ناسا) زۆر بە گەشبینی سەیری ئەوە دەکەن کە ئەو گۆڕانکاری و پێشخستنە گەورەیە بێتە دی ئەگەر ئەو خانە سووتەمەنیانە گوێزرانەوە بۆ نێو فڕۆکەکانیش.بۆ ئەو مەبەستەش ئەو ئەندازیارانە لە هەوڵی ئەوەدان کە خانەی سووتەمەنی وا دروستبکەن کە تواناکەی هەزاران میگاوات لە وزەی کارەبا.

ئەگەر ئەندازیارەکان توانییان خانەیەکی سووتەمەنی وا دروست بکەن ئەوا توانیویانە مەرجە وزەییەکانی ئەو جۆرە فڕۆکانە بەدی بهێنن، بۆ نموونە فڕۆکەیەکی نەفەر بەری گەورەی وەك (ئەیرپاسی A340) پێویستی بە هێزێکی پاڵنانی 70 تەنی هەیە تا بەرز ببێتەوە، کە ئەو هێزە زۆرەش بێگومان پێویستی بە وزەیەکی کارەبایی توانا هەزاران کیلۆواتی دەبێت، و پێویست دەکات کە ئەو جۆرە خانە سووتەمەنیانە بچووك و سووك بن، زۆر دەمێکە ئەندازیارەکانی (ناسا) بەرنامەی کارکردنی فڕۆکە بەخانە سووتەمەنیەکانیان داڕشتووە کە بە پێی ئەو بەرنامەیە لە فڕۆکەکانی داهاتوودا خانە سووتەمەنیەکان دەخرێنە نێو باڵی فڕۆکەکانەوە.

خەزانی هایدرۆجینی پچووکیش جێگای خەزانە گەورەکانی بەنزین دەگرنەوە، ئەو خەزانە پچووکانە لە نێو باڵەکانی فڕۆکەکەدا دادەنرێن، لە کاتی فڕینی فڕۆکەکەدا دەرگاکانی پێشەوەی باڵەکانی دەکرێنەوە و هەوا دەچێتە نێو باڵەکانەوە، ئەلکترۆنەکانی هەوا لەسەر جەمسەریئەنۆدی خانە سووتەمەنیەکە و پرۆتۆنەکانی گازەهایدرۆجینەکەش لەسەر جەمسەری کاسۆدی کۆدەبنەوە، ئیتر ئەو بزوێنەرەی لە نێوان دوو جەمسەرەکەدا دانراوە دەخولێتەوە لەئەنجامی خولانەوەکەیدا تەزوویەکی کارەبا دەدات، کە یارمەتی فڕینی فڕۆکەکە دەدات.

بێگومان لە بەکارهێنانی گازی هایدرۆجینەکە گرفتی ئەوە ڕێ بە ئەندازیارەکان دەگرێت کە ئەگەر هایدرۆجینەکە بە شێوەی گازی بێت ئەوا قەبارەیەکی زۆ دایگر دەکات، خۆ ئەگەر هایدرۆجینەکە بەشێوە شلی بێت ئەوا دەبێت پلەی گەرمیەکەی بۆ زیاتر لە 180 پلەی سەدی خوار سفر نزم بکرێتەوە و ئینجا لە خەزانی دیوار ئەستوری جیاکراوە وەك تەرمۆس هەڵبگیرێت کە ئەو کاتەش قورسایی و باری فڕۆکەکە زیاد دەکات، چارەسەری پێشنیارکراو بۆ ئەو گرفتەش بەکارهێنانی مادەی (میسانۆڵە) کە نزم کردنەوەی پلەی گەرمی دەوێت و نەجیاکردنەوەی خەزانەکانی دەوێت تەنها ئەوە نەبێت کە چوستی کەمترە لە چوستی گازی هایدرۆجینەکەش، ئەوەش بەشی فڕۆکەکە دەکات، لەلایەکی دیکەوە بەکارهێنانی گازی هایدرۆجین گرفتی دیکەی پێوەدیارە وەك ئەوەی ئەو بزوێنەرانەی بە بەنزین کاردەکەن یان بە کیرۆسین بە ئاسانی بە (میسانۆڵ) یش کاردەکەن بەڵام بۆ هایدرۆجینەکە کە گۆڕانکاری ڕیشەییان دەوێت، جگە لەوەش دەبێت گۆڕانکاری لە وێستگەکانی سووتەمەنی بکرێت و بە شێوەیەکی هەرزان و ئابووریانە هایدرۆجین بەرهەم بهێنرێت کە ئەوانەش کاتی زۆریان دەوێت، چونکە ئەو بڕە هایدرۆجینانەی ئێستا بەرهەم دێن بەشی ئەو بەکارهێنانە فراوانانە ناکەن. هەر بۆیە ئێستا جگە لە ئاژانسی فەزایی ئەمەریکی (ناسا) چەندین دەوڵەتی دیکەی وەك نەمساو ئەڵمانیا لە هەوڵی ئەوەدان کە پەرە بەو پرۆژانەی فڕۆکەی دوا ڕۆژی کارەبایی بدەن، لە وڵاتی نەمسادا نزیکەی 25 ساڵە کار لەسەر فڕۆکەی کارەبایی Brditschka HB3 دەکەن کە بزوێنەرەکەی بەکارەبا دەکات، هەروا ئەڵمانیاش پرۆژەی antares ی بەدەستەوەیە کە پرۆژەی فڕۆکەیەکی کارەباییە توانی بزوێنەرەکەی 42 کیلۆ واتە و تا بەرزایی 1800م بەرز دەبێتەوەو بە پاتریەك لە کاردەکات لە مادەی (میتاڵ هایدرید) و تا ئێستاش ئەنجامی تاقیکردنەوەکانی لەسەری کراون مژدە بەخشن، بیر لەوەش دەکرێتەوە لە داهاتوودا سەرچاوەی وزەی بەردەوامی وەك پلێتە خۆریەکانی بۆ دابین بکرێت!! لە ماوەی نزیك یان دووری داهاتوودا بە دڵنیاییەوە ئاسمانەکانی جیهان پڕ دەبنەوە لە فڕۆکەی گەورەی بێ دەنگی بە سۆز بۆ ژینگە جێگای ئەو فڕۆکانەی ئێستا دەگرنەوە کە سەرچاوەیەکی پیس بوونی ژینگەیین بە پاشەڕۆکازیەکانیان و بەدەنگە زل و ناخۆشەکانیانەوە!!

نۆشداریی ددانی دادوەریی

د. سەعید عەبدولەتیف مامۆستای
نۆشدەری ددانی پسپۆڕ/ کۆلێژی پزیشکی ددان
زانکۆی سلێمانی

پێشەکی:

نۆشداریی ددانی یاسایی ئەو لقەی پزیشکیی یاسایی(دادوەریی)یە کە زانیاریی ددانی شارستانی و کێشە تاوانییەکان دەگرێتەوە.

سەبارەت بەم لقەی زانستی ددان ئەم لایەنانەی کە پەیوەندیدارن بە نۆشداریی ددانی یاسایی، ئەم خاڵە گرنگانە دەگرێتەوە:

1. دەستنیشانکردن و ناسینەوەی ددانەکانی تاکەکەس Dental identification

2. شیکردنەوەی شوێنی نیشانکراوی گازلێگرتنی سەر لەشی مرۆڤ Bite- mark analysis

3. نابەجێیی لە هەڵسوکەوت و مامەڵەی تاکەکەس وپشتگوێ خستنی Human abuse and neglect

4. دزێوی و نابەجێیی بەکارهێنانی ددان و پشتگوێخستنی Dental malpractice and negligence

5. زانستی شێوازی ددانەکان و گۆڕانکارییەکانی ددانەکان لەگەڵ زەمەندا.
Dentul anthropology and archae ology

مەبەست

دەستنیشانکردنی ددان کە گرنگییەکی زۆری هەیە لە نۆشداریی ددانی دادوەریدا لە هاوڵاتیانی شارستانیدا و هەروەها لە بواری سەربازیدا کە ئەم چوارلایەنە دەگرێتەوە: بار، زامن، داد و لایەنە دەروونییەکان، ئەوەی شایەنی باسە دەستنیشانکردنی ددانەکان لە ڕووداویی جیاجیادا گەڵ جار هۆکارە بۆ دۆزینەوە و دەستنیشانکردنی تاوان و واڵاکردنی کێشەی جۆراجۆرە نۆشداریی ددانی دادوەریی، بەردەوام

یەکێکە لە ڕێگەسەرەکیەکانی دەستنیشانکردنی بساری کارەساتە مەزنەکانی ناو کۆمەڵگا.

نیشانەی گەستن: Human bite –mark

ددان بەکارهاتووە وەکو چەکێك کاتێك یەکێك هەڵنەکوتێتەسەر یەکێکی تر یاخود کاتێك یەکێك ئەیەوێت بەرگری لە خۆی بکات کە یەکێك هەڵنەکوتێتەسەری.

جێگەی گازگرتنەکە کە نیشانەکراوە لە سەر لەشی مرۆڤەکە، ناسینەوەی و ڕوونکردنەوەی ڕووداوەکە بە کۆکردنەوەی تەکنیکی و شیکردنەوە و شێوازی زامەکە، ئەمەش بە بەراوردکردنی برینەکە و شوێنی گەستنەکە(شێوەی، قەبارەی وشێوازی). هەرچەندە ئەم بەراوردکردنە و شیکردنەوەکەی زۆر ئاسان نیە چونکە:

أ- پێشتی ئادەمیزاد بەرەو چاکبوونەوە دەچێت،

ب- لاستیکی(ناجێری)،

ج – لە بارە بۆ شێواویی و هەڵئاوسان.

زۆربەی جار لە دەرئەنجامدا دەتوانرێت بگەینە ئەو ئەگەرەی ڕۆڵی بوونی تاوانەکە بەهۆی ئەو شیکردنەوانەی باسمانکرد. هەروەها، ووردە لیکی نیشتوو لەسەر شوێنی گەستنەکە ئەتوانرێت شیبکرێتەوە و گرنگی جۆری(DNA) کە گرنگیەکی بایولۆجی هەیە. باشتروایە پزیشکی ددانەکان بەئاگابن لە چەندەها ڕێگە بۆ کۆکردنەوەی زانیارییەکان لە نەخۆشەکان، بە تایبەتی زانیاریی لە بابەت شوێنی گەستنەوە لە کاتی ڕووداوەکاندا و ئەگەری ئەو زانیاریانە و گرنگیان بۆ یارمەتی دادوەریی.

ئەوەی شایەنی باسە قەبارە، شێوە و شێوازی لێواری گەستنەکە بە تایبەتی هی کەوانەی ددانەکانی شەویلگەخوارەوە، کە بۆ هەر کەسە شێوازی تایبەتمەندیی خۆی هەیە. ئەمەش وەك هۆیەکی سەرەکیی کە بەسەرە ددانەکانی پێشەو سەرنەردەکەن ئینجا ددانەکانی پشتەوە، هەروەها کە لیەکان ڕۆڵێکی گرنگیان هەیە لە شێوازی دەرکەوتنیان لە کەوانەی شەویلگەدا و چۆنیەتی جێگیربوونیان، کە تایبەتمەندی هەیە بۆ ئەوکەسە خۆی، ئەمەش گرنگی بوونی قاڵبی ددان کە شێوازیان دەردەخات و بۆ بەراوردکردن لە کاتی هەر ڕووداوێکدا لەوانەیە ئامانجی خۆی بپێکێت.

پزیشکی ددان لەوانەیە بانگێشت بکرێت بۆ یارمەتی دەستنیشانکردنی ئەو بریناەنەی لەسەرپێتە(جێگەی گەستنەکە)، جا بۆیە هەموو پزیشکی ددانێکی گشتی کار(Dental practioners) پێویستە بەتەواوی ئاشنا بێت لەگەڵ پرۆسەی پێویستی ئەم کارە بۆ پێشکەش کردنی یارمەتی پێویست.

زامەکانی نیشانەی گەستنی نموونەیی Typical bitemark injuries:

نیشانەی گەستنی مرۆڤ(human bitemark) زۆربەی جار لەسەرپێستی قوربانیەکان دەبینرێت، لەوانەیە لەهەر جێگەیەك ڕەچاوبکرێت لەسەرلەشی مرۆڤ، لەمێینەکاندا گەلێ جار گەستنەکە لەسەر مەمك و لاقدا دەبینرێت بەهۆی هەڵکوتانەسەریان بۆ مەبەستی سێکسی، بەڵام لە نێرینەکاندا زۆربەی جار گەستنەکە لەسەر باڵ و شان دەبینرێت بەهۆی ئەوە وەکە دەست و باڵ بەکاردەهێنرێت بۆ بەرگریی لە کاتی هەڵکوتانەسەردا بۆ باسکردنی گەستنەکەی لەسەر لەشی مرۆڤ، برینەکە شێوەیەکی لەبزێنەیی(elliptical)یان بازنەیی(circular) دروست دەکات کە تایبەتمەندنی خۆی هەیە سەبارەت بە ددانەکانی گازەکەی پێکهاوە، برینەکە لەوانە یەبەشێوەی(هەوێری چەوری سورەوەکراو) وەربگرێت لەگەڵ نیشانە تۆمارکراوی تایبەتمەند بەدەوری(چێوە)ی نیشانەی گەستنەکەدا، جارجار لەوانەیە پێکهاتبێت لە دووکەوانە لەشێوەی پیتی(u)ی ئینگلیزیی(u-shaped arches) کە لەیەك جیابونەتەوە لە بناغەکەیاندا بە بۆشاییەکی کراوە، تیرەی برینەکە بەگشتی(25-40) میلمەترە، گەلێ جار ناوچەی چەقی(ناوەند)ی برینەکە نیشانەی کوتراوی پێوە دیارە بەهۆی زەبری ددانەکانەوە، ئەو خوێنڕێژی لولە دەرکیانە(extravascular bleeding) دروستدەبێت لەدەرئەنجامی ئەو پەستانە کە ددانەکان ئەیخەنە سەر شانەکان بەرەو ناوەوە لە چێوەی نیشانەی گەستنەکەدا.

ئەوەی گرنگە باسی بکەین لەم لایەنەدا ئەتوانرێت کە ددانێکی دەستنیشانکراو بناسرێتەوە بە تایبەتمەندێتی پولێنکردنی شێوازی پەیوەندی ددانەکانەوە(class characteristics) بۆنموونە: بڕەڕەکان برینی لاکێشەیی

دروست دەکەن بەڵام کەڵبەکان بریتی سیّ گۆشەیی دروست دەکەن.

بەڵام ئەوەی پێویستە کە تایبەتمەندی تۆمارکراوی گەستنەکەی ئەوکەسە هەبێت تاکو بتوانرێت بە لەباریی دەستنیشانی تاوانبارەکە بکرێت، تایبەتمەندێتی ددانەکانی تاکە کەس گرنگە کە تۆمارکرابێت وەك شکاویی، سوپراویی(خولاوەیی)، سووانی ددانەکان، شێوە ناسازیی زگماکیی... هتد کاتێ ئەمانە تۆمارکرابن کە پەیوەندن بە زامی گەستنەکەوە، بەمە لەوانەیە بتوانین بەراوردی بکەین بۆ دەستنیشانکردنی ئەوددانانەی کە بونەتە هۆی زامەکەوە. ئەگەر ئەم تایبەتمەندە زانیارییانە تۆمار نەکرابن و لەبەردەستدا نەبێت یاخود لە ددانەکاندا بەدینەکرێت، ئەوا بەگشتی گرنگی یاسایی(دادوەریی) گەستنەکە کەمە دەبێتەوە.

کۆکردنەوەی بەڵگەکان لە قوربانی گەستنەکە:

پزیشکی ددانەکان لە کاری گشتی ڕۆژانەیی تایبەتی خۆیدا هیچ بواری بۆ نەرەخساوە کە هەڵبستێت بە کۆکردنەوە بەڵگە لە گەستنی قوربانیەکە.

پۆلیس لە شوێنی ڕووداوەکە، پسپۆری ئەخۆشی لە هۆڵی توێکاریی یاخود کەسە پزیشکیەکان کە لە گروپی کوتوپڕیدان پێویستە بەووردی هەموو گەستنەکان دەستنیشان بکەن.

کاتێك نۆشدەری ددان ئەگەر جۆرە زامێکی بینی کە گومانی لێکرد کە نیشانەی گەستنی پێوەدیارە، پێویستە ڕاپۆرت تۆماربکرێت و بنێرێت بۆ پۆلیس یان بۆ مەڵبەندی چودێری کۆمەڵایەتی لە دادوەریی(یاسایی) و شەرعیدا.

دوابەدوای ئەمە نۆشدەری ددان پێویستە ئەم لیستەی خوارەوە تەواوبکات و پرۆسەکە بسەرنکوپێکی بەڵگەکان کۆبکاتەوە:

1. بەڵگە تۆمارکردن(Documentation) تۆمارکردنی زامەکە و باسکردنی تێبینیەکان بە ووردی وەك: شێوە ئاسایی برینەکە، ڕەنگ، قەبارە، شێوازی!

*. شوێنی گەستنەکە لەسەر لەشی مرۆڤ.

*. بەرزایی و چێوەی دەرەوەی و ناجێیی شوێنی برینەکە.

*. ئایا ئەتوانرێت جیاوازی بکرێت لە نێوان ددانەکانی سەرەوە و ددانەکانی خوارەوە.

*. جۆری برینەکان کە هەن.

*. کوتراویی، ڕووشاویی

2. وێنەکان

وێنەی ڕێکوپێکی برینەکە بگیرێت بە کامێرای ناوەم بە ماوینەی گەورەوە و بە ڕەنگاوڕەنگ و ڕەش وسپی و پێویستە ڕاستەیەك بخرێتە لای ڕووتەختی برینەکەوە و لە وێنەکەدا دەربخرێت تاکو بتوانرێت پێوانەبکرێت، بۆ ئەوەی وێنەکە تێکنەچێت(واتە گەستنەکە وەك خۆی دەربکەوێت) پێویستە کامێراکە ڕاستەوخۆ بخرێتە سەر برینەکە، تەوەری ماوێنەکە شاقوڵی بێت لەسەر پێستە گەستراوەکە.

3. نموونەی لیك Salivaswab:

نیشتنی لیك لەسەر پێست ئەمێنێتەوە و گرنگی خۆی هەیە بۆ شیکردنەوەی(D.N.A)ی لیك کە بەراوردکردنی ئەم زانیارییە لە تاقیگە لە نێوان لیکی کەسی گومانلێکراودا و ئەولیکەی کە لە دەوری جێی گەستنەکە نیشتووە.

ئەوی گرنگە لە تەکنیکی وەرگرتنی نموونەی لیکەکەدا بکرێت ئەوەیە کە تەکنیکی دووقات(دوو نموونە وەرگرین) double swab technigue:

یەکەمیان: نموونە وەرگرتن بە لۆکەی تەڕکراو بە ئاوی دڵۆپێنراو کە بە هێواشی ئەو ڕووبەرەی پێ ئەشۆرێت کە زمان و لێوی بەرکەوتووە بە پەستانێکی کەم و جوڵەیەکی بازنەیی.

دووەم نموونە: کە بەووشکی بەکاردێت ئەمەش بەکۆکردنەوەی ئەو شێیەی ماوەتەوە لەسەر پێست دوابەدوای وەرگرتنی نموونەی یەکەم هەردوو نموونەکە پێویستە وشك بکرێتەوە لە پلەی گەرمی ژووردا بۆ(45)خولەك بەلایەنی کەمەوە، پێش ناردنیان بۆ کاربەدەستانی پۆلیسی ودادوەریی بۆ ئەنجامدانی تاقیکەیی. هەردوو نموونەکە پێویستە بە ساردی ویەوشکی بپارێزرێت تاکو ئەگەری تێکچوونی(D.N.A)لێکەکە کەمتربێتەوە و ڕێگربێت لە گەشەکردنی بەکتریا کە لەوانەیە نموونە کە پیس بکات و گرنگی بە های تێك بدات لە ڕوو لایەنە یاساییە پزیشکیەکەیەوە، هەروەها بابتوانرێت بەزووترین کات برێت

بۆ تاقیکە و شیکردنەوەی بۆ ئەنجام بدرێت. نموونەش لە قوربانیەکە وەربگرێت لە پووپۆشی ناو دەمی یان نموونەی خوێنی لێوەربگرێت.

بەمەبەستی بەراوردکردن لەگەڵ نموونەی نیشانە گەستنەکە.

4. قالبگرتن Impression قاڵبێکی ڕێکوپێکی ڕووبەرە گازلێگیراوەکە ئەبێت بگیرێت تاکو هەموو چاڵی و خواروخێچییەك کە بەددانەکان دروستبوون تۆماربکرێت، وەکو(برین، ڕوشاویی... هتد.) قاڵبگرتنە کە بە بەکارهێنانی دەرمانی قاڵبگرتن ئەبێت کە بۆ کاری پردوکیفی جێگیر(fixed prosthesis) بەکاردێت وەکو: (- Vinyl Polysiloxane polyether) ئەکریلیکی ددان یان گەچی ددان(plaster) دەتوانرێت بەکاربهێنرێت وەك پاڵپشتێکی پتەو بۆ ماددەی قالبگرتنەکە.

5. یەکەم فریاگوزاری Firt aid بەئاگابوونێکی سەرەکی پزیشکی ئەبێ ڕەچاوبکرێت بۆ ئەو قوربانیەی کە زیندوە و گازی لێگیراوە چونکە گەستنی ئادەمیزاد زۆرتر لە بارە بۆ هەوکردن و تەشەنەکردن لە گەستنی گیاندارەکانی دی، ئەو برینانەی کە چونەتە ناو پێستەوە پێویستە بە زووترین کات چارەسەربکرێت.

چەند خاڵێکی گرنگ:

ئەوەی شایەنی باسە تێڕوانینی ددانی(dental examination) پێویستە ئەنجام بدرێت دوور لە جێگەی کارکردنی نۆشدەری ددانەکە. و پولیس پێویستە هەموو ئاسانکارییەك بکات بۆ ئەنجامدانی کارە هاتوچۆی پزیشکی ددانەکە و یاریدەدەر و ئەو کەرەسانەی پێویستیەتی بۆ پشکینە پزیشکیەکە.

و ئەو خاڵانەی پێویستە ڕەچاو بکرێت بۆ ئەوەی پشکنینە کە ئەنجامی باشی هەبێت و بەڵگەکان بەبێ کەموکوڕیی کۆبکرێنەوە بەکورتی ئەمانەن: پشکنینی کلینیکی دەرەو ناوەوەی دەم تۆماربکرێت، باری گشتی تەندروستی، جوتبوونی ددانەکان و شەویلکەی خواروو، لەقینی ددانەکان، باری دەورووبەری ددانەکان، پڕکردنەوەکان، شاشی نێوان هەردوو بڕەڕی ناوەڕاستی شەویلکەی سەروو(Diastemata)، شارکیی، کلۆریی... هتد

*. وێنەی دەموچاو(ڕوو) لە پێشەوە و لەلاوە(profile)، وێنەی ناودەم کە جوتبوونی ددانەکانی سەروو و خواروو لەپێشەوە و لەلاوە.

*. قاڵبەکان بەووردیی بگیرێن و دابڕێژرێن، جوتبوونی ددانەکان لە سەرقاڵبەکان دیاربن.

*. نموونەی جوتبوونی ددانەکانی هەردوو کەوانەی دەم تۆماربکرێت بە مێو وێنەی بگیرێت، ئەمە گرنگە بۆ بەراوردکردنی داهاتوو

*. گەستنی مرۆڤ وەك بەڵگەنامەیەکی زیندەوەزانی دادوەریی لەبەر گرنگی ئەم لایەنە پێویستە لەم باسەدا بە وردی ڕوون بکرێتەوە. لەکاتی پرۆسەی گەستن یان ماچ کردن یان مژین، لیکە سەرپێست ئەنیشێت بەبڕێکی باش لەلایەنی جۆریی و زۆریی بەوە کە بەشی شیکردنەوەی جۆری(DNA)ئاولیك بکات(PCR- BASED TYPING OF DNA) ئەو(DNA)یەلەلیکدا هەیە چونکە لیك خرۆکەی سپی خوێنی تیایە و لەوانەیە بەهۆی پرۆسەی گەستنەکەوە خانە ڕووپۆشەکانیشی تیابێت(epithelial cells)، ئەوەی گرنگە کە سەرچاو ڕووناکیە بەهێزەکان و لیزەرەکان(Lasers) بەشێوەیەکی بڵاوبەکاردەهێنرێت لەلایەن پۆلیسەوە بۆ دەستنیشانکردنی بۆیەکان و جیاکردنەوەیان لە شلەکانی لەشی مرۆڤ لە شوێنی تاوانەکەدا، ئەو لیکەی نیشتوە لەسەر پێست تەنانەت ئەگەر نیشانەی گەستنیش نەبینرێت لەددانەکانەوە ئەتوانرێت بدۆزرێتەوە و شیبکرێتەوە و جۆری(DNA) بزانرێت و بەراوردبکرێت لەگەڵ نموونەی لیکی ناو ڕووپۆشی دەمی گومانلێکراوەکە.

کورتەی باسەکە:

دەرئەنجامی شیکردنەوەی ئەوبەڵگانەی لە نیشانەی گەستن دەست دەکەوێت یارمەتیەکی باشی دادوەریی ئەدات بە وەڵامدانەوەی ئەو پرسیارە ڕەخنەییانەی لە نێوان ئەوکەسانەی لە شوێنی ڕووداوەکەدا دروست دەبێت.

ئامادەیی پزیشکی ددانەکان بۆ ناسینەوە وکۆکردنەوە و پاراستنی ئەو بەڵگانەی کە بە بەمان بۆ والاکردن وەلامدانەوەی ئەو تاوانانەی لەنێو کۆمەڵگادا ڕوودەدات

سەرچاوەکان:

1.Webb DA, Pretty IA Sweet D. Bitemark; a psychological approach.
Proceeding of the American Academy of forensic Sciences Reno, N V, Feb. 2000; 6:147

2.petty IA Sweet D.Anatomical locations of bitemarks and associated findings in 101 cases from united state Jforensic Sci. 2000; 45:812-814

3.Sweet D, Hildeb rand Dp, Saliva from cheese bite yeilds DNA profile of burglar; a case report Intl S. Legal Med1999, 112: [illegible]

4. Forensic Dentistry on line: on- line study- Bitemarks: 2001: WWW. Forensicd entistry on line. Org

خەسڵەتەکانی بەرنامەڕێژی

نوسینی: دکتۆر محەمەد موراد

بەرنامەڕێژی پەیوەندییەکی ریشەدار و متمانە پێکراوی لەگەڵ کۆمپیوتەردا هەیە، بەشێوەیەك کۆمپیوتەر بەبێ بەرنامەڕێژی نابێت و بەرنامەڕێژیش بەبێ کۆمپیوتەر نابێت ئەم پەیوەندییە لەسەر ئاستی پێشکەوتنیش ڕەنگدانەوەی دەبێت، چونکە هەرچەندە تەکنیکی کۆمپیوتەر بەرەو پێشەوە چوو بەرنامەڕێژییەکانیش پەرەپێدەدات، پێچەوانەکەشی ڕاستەو لەوەدەچێت کارکردن تێیدا چووبێتە مەیدانی واقیعەوە.

هەروەك دەڵێین ((پێداویستی یان داهێنان) دەبینین پێویستی بۆ بەرنامەڕێژییەکان بووە هۆی پێشکەوتنی تەکنیکی کۆمپیوتەر. لەبەرئەوە بەرنامەڕێژییەکان بەشێوەیەك هاتنە مەیدانەوە دەتوانین وەسفی بکەین بە دروستبوونی تەکنیکی چونکە پێشکەوتنەکەی لەگەڵ پێشکەوتنی تەکنیکی کۆمپیوتەردا هاوکاتە، بۆ نمونە بەرنامەڕێژی بینراو Visual programming و زمانەکانی دەرنەکەوتن ئەگەر سیستمی ئیشکردن Windows سەریهەڵنەدایە، ئەمەی دواییشیان دەرنەکەوت تاکو کردارە لە ڕادەبەدەرە خێراکان، دەرکەوتن.

دەتوانین جەستەیەکی بەبێ ڕۆح بخەینە خەیاڵی خۆتەوە، واتە ئەندام و پارچەکانی ناوەوەی لەش کارنەکەن، ئەوکاتە چی دەبێت؟ ئەو جەستەیە تەنها بارستاییەك دەبێت ناتوانێت کردارەکانی جێبەجێ بکات ئەگەر ڕۆحێکی تێدا نەبێت، بەرنامەڕێژییەکانیش بۆ کۆمپیوتەر بەهەمان شێوەن، چونکە کۆمپیوتەر تەکنیکێکە سوتەمەنی بزوێنەرەکەی بەرنامەڕێژییەکانە بە هەموو فرمان و جێبەجێکردنە جیاوازەکانییەوە.

لە ئەنجامی پێشکەوتنی تەکنیکی کۆمپیوتەر، مەیدانی بەرنامەڕێژییەکان پێشکەوتنێکی گەورەی بەخۆوە بینی لە بواری بەرنامەڕێژییەکانی ئیشکردن و بەرنامەڕێژییەکانی جێبەجێکردن وەك یەك، کە ئەم پێشکەوتنە بووە هۆی سەرهەڵدانی سەردەمێکی نوێ لە بواری بەرنامە ڕێژیدا کە بەرهەمەکانی بەناو بازاڕدا بڵاوبۆوە.

بەرنامەڕێژی یان پیشەسازی بەرنامە لە بەرامبەر زاراوەی Software Development دانراوە بەڵام وشەی پیشەسازی لێرەدا ئەو ماناوشەییە ناگەیەنێت کە وشەی Industry دەیگەیەنێت.

لە حەفتاكانی سەدەی بیستدا تیرەیەكی نوێ لە كۆمپانیاكانی كۆمپیوتەر كە كۆمپیوتەریان دروست نەدەكرد بەڵكو بەرنامەیان دادەنا، ئەم كۆمپانیایە جۆرەها بەرنامەی دادەڕێژا وەك چارەسەركەری وشەكان Word Processing و پەڕەی نەخشەكان Spreed Sheet و وێنەكان Graphics و.. هتد. هەروەها هەندێك لە كۆمپانیاكان هەر لەو كاتەدا سیستمی بەرنامەڕێژی بنكەی زانیارییەكانیان داهێنا كە داواكاری بانك و كۆمپانیاكانی دڵنیایی دابین دەكرد، بەم شێوەیە بازاڕێكی نوێی بەرنامەڕێژییەكان لە دایك بوو لەگەڵیدا چەمكی بەرنامەڕێژی فۆرمەلەبوو بە شێوەیەك پیشەسازی بەرنامە بووە پیشەسازییەكی پێشەنگ لە جیهانی ئەمڕۆ و ئاینەداو، كۆمپانیای تایبەت بە بەرنامەڕێژییەكان دامەزرا لە دوای ئەوەی كۆمپیوتەر بە تەكنیكەكانییەوە گشت گۆشەكانی ژیان و كۆمەڵگای گرتەوە. كێبڕكێ كاریگەرییەكی گەورەی لەسەر پێشكەوتنی بەرنامەڕێژییەكان و جۆرەكانی بەپێی باشێتی و ئاستی توانستی، هەبوو، تاكو ئێستاش هەمان ئەو كاریگەرییەی هەرماوە.

پێش ئەوەی بە پیشەسازی بەرنامەڕێژییەكان ئاشنابین پێویستە بزانین بەرنامەڕێژی چی دەگەیەنێت؟

بەرنامەڕێژی Software بە كورتی كۆمەڵێك ڕێنمایی و ڕاگەیاندن و فرمان دەگرێتەوە كە گشتیان ملكەچی زمانێكی پرۆگرامی دیاریكراو دەبن و بەپێی پێكهاتەیەكی دروستی زانیاری و داتاكان، ئامانجی جێبەجێكردنی پرۆگرامێكی دەبێت بۆ بەدیهێنانی ئامانج و كردار و ئەركێكی دیاریكراو لە بوارە جیاوازەكانی زانست و زانیندا، ڕۆڵی بەرنامەڕێژییەكان لە كۆمپیوتەردا لەم خاڵانەدا دەردەكەوێت:

1-زیادكردنی خێرایی

2-كەمكردنەوەی بڕی تێچوون

3-چاككردنی جۆرێتی

4-توانای هەڵگرتنی زانیارییەكان و گەڕاندنەوەی

ئەمڕۆی پیشەسازی بەرنامەڕێژییەكان بەسەردەمی ئاڵتونی ئەم پیشەسازییە دادەنرێت، بووە یەكێك لە پیشەسازییە ستراتیژییە گرنگەكان وەك هەر بوارێكی دیكەی پیشەسازییەكانی كیمیاییان كارەباییی یان میكانیكی. هەرچەندە بە كۆمەڵێك سیفەت لەم پیشەسازییانە جیادەكرێتەوە بەڵام بە پەیوەندییەكی بەتین و باوەڕپێكراو بە تەكنیكی كۆمپیوتەرەوە، پەیوەستە، ئەم تەكنیكەش پەیوەندی بە پیشەسازییە كارەبایی و كیمیایی و ئەلكترۆنییەكانەوە هەیە.

پیشەسازی بەرنامەڕێژییەكان بە كۆمەڵێك سیفەت لە پیشەسازییەكانی دیكە جیادەكرێتەوە كە گرنگترینیان ئەمانەن:

1-پیشەسازی بەرنامەڕێژییەكان پێویستی بە كۆششی ئارەزی و مێشكی دور لە كۆششی ماسولكەیی، هەیە وەك یاری شەترەنج كە لە گشت یارییەكانی دیكە جیاوازە.

2-بەرهەمهێنەری بەرنامەیی پێویستی بە مادەی خام نییە بۆ بەرهەمهێنانی بەرنامەكان جگە لە كۆمپیوتەر نەبێت.

3-بەرهەمهێنانی بەرنامە، بەرهەمهێنانێكی بەرجەستە كراونییە، كەس ناتوانێت تەسەوری شێوەی بەرنامەكان بكات یان دەست لە چۆنێتی ئیشكردنییان بدات.

4-بەرهەمهێنانی پرۆگرامی لە ئامادەكردنییاندا پێویستییان بە مادەی خام و یەدەگ نییە وەك لە پیشەسازییە میكانیكی و كیمیایی و كارەباییەكاندا، هەیە.

5-شمەبەرهەمهێنراوەكان لەم پیشەسازییە كە بەرنامەكانە بەشمەكێك دادەنرێت وەك شمەكە بەرهەمهێنراوەكانی پیشەسازییەكانی دیكەی قابیلی تەواوبوون و بەكاربردن بێت و بەكاریگەری فاكتەری كات دوچاری پەرش و بڵاوی و فەنابوون ببێت.

6-لەوانەیە بەرنامەڕێژی تاكە پیشەسازی بێت كە لە ڕووی پیسبوونەوە كارنەكاتە سەر ژینگە.

7-ئەم پیشەسازییە پێویستی بە بیركردنەوەی بەردەوامی بەرهەمهێنەرانییەتی بۆیە كەسانی پسپۆڕ و شارەزا لەم بوارەدا فێری سەبرو دان بەخۆدا گرتن دەكات.

8-لە پیشەسازی بەرنامەکاندا کاتێکی دیاریکراو بۆ کارکردن نییە، تەنها لە هەندێك باری بۆدانراودا نەبێت، چونکە لەوانەیە بیرۆکە و هزری نوێ لە هەر کاتێکدا بێت بە مێشکی پسپۆڕانی بوارەکەدا، بێت.

کرداری دانانی بەرنامەکان بە زنجیرەیەك کرداری دوابەدوایەکدا دەڕوات کە لە شێوەی ئەڵقەیەکی زنجیر ئاسادا دەبێت و دەتوانرێت ناوی سوڕی ژیانی بەرنامەڕێژییەکانی لێبنرێت Software life cycle. ئەم ئەڵقەیە بە بیرۆکەیەکی داهێنەرانە دەستپێدەکات، لە گۆشەنیگای ئەم بیرۆکەیەوە لێکۆڵینەوەیەك پێشکەش دەکرێت و لێرەوە دروستکەرانی بەرنامەڕێژییەکان بیرۆکەکانیان فۆرمەلە دەکەن بەشێوەیەك سروشتی بیرۆکەکەی بگونجێنن و ئەوکارە داهێنەرانە بۆ کارێکی پرۆگرامی متمانەپێکراو بگۆڕن.

دروستکەری بەرنامەڕێژییەکان تەنها زاراوەیەکی گریمانەییە و مەبەست لەو زنجیرە کارەبەدوایەکدا هاتووە بەیەکدا چووەیە کە دەکەوێتە ئەڵقەی پیشەسازی بەرنامەکانەوە، دانەری یان دروستکەری بەرنامەکان شیکەرەوەی سیستەم و ئەندازیاری پرۆگرامەکان و بەرنامەدانەرەکان دەگرێتەوە.

سەرەڕای لایەنە زانستی و تەکنیکیی و هونەرییەکان کە پێویستە لە پسپۆڕانی زانستی کۆمپیوتەر و بەرنامەڕێژییەکانداو، ئەوانەی لە بواری دروستکردنی بەرنامەکاندا کاردەکەن، هەبن کە ئەو لایەنانە کاردانەوەی لەسەر بەرهەمهێنانی بەرنامەکان هەبێت لە ڕووی ئاشکرایی و گشتگیری و ئاسانی و مرونەتی بەرنامەکانەوە. سەرەڕای ئەو لایەنانە پێویستە ئەو کەسانەی لەم بوارەدا کاردەکەن کۆمەڵێك سیفەتی بەرزو باڵایان تێدابێت، ئەمانە سیفەتی هەرکەسێکە کە کارێکی داهێنەرانەی تایبەتی پێشکەش بکات، گرنگترین ئەم سیفەتانە ئەمانەن:

1-پسپۆڕێتی، واتا شارەزاییەکی باشی لە بنەما تیوری و پراکتیکیەکانی جیهانی بەرنامەڕێژیدا هەبێت.

2-هەمیشە کاربکات بۆ چۆنێتی دانانی Iconی خۆشەویستی لەسەر شاشەی ژیان.

3-ئارەزو و توانایەکی تایبەتی هەبێت بۆ دروستکردنی گونجاندن لەگەڵ کۆمەڵدا.

4-هەمیشە هەوڵ بۆ چاکەکردن و بڵاوکردنەوەی چاکە بدات.

5-بەپێچی ئەو ئاڕاستە ئەخلاقییە کاربکات کە تاکەکانی کۆمەڵەکەی لەسەری دەڕۆن.

6-هونەرێکی جوان لە ئاستێکی بەرزی جوانی و باڵاییدا لە بوارەکەی خۆیدا، پێشکەش بکات.

7-بتوانێت کارە پرۆگرامییەکانی بەشێوەیەك بخاتە ڕوو کە بەهای داهێنەرانەی لە دەستنەدات کاتێك بۆ کارێکی پرۆگرامی تێرو تەواو دەیگۆڕێت و پێویستە کارەکەی لە ئارەزوو چێژیش بەدەرنەبێت.

8-کەسایەتی خۆی لە دروستکردنی بەرنامەکاندا ئاشکرا بکات نەك تەنها ببێتە ئامرازێك بۆ گواستنەوەی وێنەکان یان تۆمارکەرێك بێت بۆ تۆمارکردنی ڕووداوەکان.

9-بایەخدان بە نوێکەری بەشێوەیەك ئەو قۆناغە مێژووییە بنوێنێت کە تێیدا، دەژی.

10-خۆبەستنەوە بە مافەوە بەشێوەیەك ڕەچاوی ئەوە بکات دەستدرێژی نەکاتە سەر مافی کەس.

11-خاوەنی ڕۆشنبیرییەکی گشتی بێت بۆ ئەوەی بازنەی بەرهەمهێنانە پرۆگرامییەکەی بەرفراوانتر بکات لە بوارە جیاوازەکانی هونەر و ئەدەب و زانستدا.

12-خاوەنی هەستێکی ناسك بێت لەکاتی داڕشتنەوەی ڕستە پرۆگرامییەکاندا بەشێوەیەك بتوانێت ئەو دیمەن و وێنانە بخاتە ڕوو کە لە بەرچاوی کەسانی دیکەدا ئاشکرا و ڕوون نییە.

لەگەڵ هەموو ئەمانەدا پێویستە بزانێت ئەرکێکی گەورەی بەرامبەر بە وڵات و کۆمەڵگەکەی لە ئەستۆیە و دەبێت جێبەجێی بکات و ویژدانی خۆی ئاسودە بکات، تاکو لە کاروانی پێشکەوتنی کۆمەڵگەکەی بەجێنەمێنێت.

پەرچڤەی: هۆزان

لیڤیترا
جێگەی ڤیاگرا دەگرێتەوە

سەرهەند محەمەد

گۆڤارە زانستیەکان ئەوەمان پێ ڕادەگەیەنن کە ئەمریکا ڕازی بوە دەرمانە مونافیسەکەی ڤیاگرا کە پێی دەڵێن لیڤیترا Levitra لەئەمریکادا بەکاربێت.

لەدوای ئەم هەراڵە هەموو جیهان وروژا، چونکە مافیای دەرمان لەمافیای چەك زیاترن. کۆمپانیای فایزر کە بەرهەم هێنەری ڤیاگرایە بۆتە دایناسۆری هەرە گەورەی بازرگانی دەرمان و تەنها کۆمپانیای بایرو گلاکۆ توانیان بەرامبەری بوەستنەوە ئەویش بە بەرهەم هێنانی حەپێکی نوێ کە پێی دەوترێت لیڤیترا.

لیڤیترا خوشکی ڤیاگرایە، بەلام خوشکێکی ناز پێ دراوی نوێ کە دەیەوێت خەوشەکانی خوشکە گەورەکەی نەهێڵێت. ناوە زانستیەکەی ((ڤاردینافیل))ە و پێویستە ئەوەش بزانین کە ناوە زانستیەکە و ناوە بازرگانیەکەی هاومانان، نەك وەك هەندێك لە ڕۆژنامەو گۆڤارەکان بلاویان کردەوە کە ((ڤاردینافیل)) لە ((لیڤیترا)) باشترە.

گرنگ ئەوەیە ئەو تاقیکردنەوانەی لەسەر ئەم دەرمانە کراون هەموویان ئەوەیان سەلماندوە کە 90٪ چارەسەری نەخۆشەکان دەکات. بەوەش دەناسرێتەوە کە لە ماوەی بیست خولەکدا کاریگەرییەکەی دەردەکەوێت و تا ماوەی 24 سەعاتیش ئەو کاریگەرییە هەر دەمێنێت، واتە نەخۆشەکە دەتوانێت لەو ماوەیەدا سودی لێ ببینێت. ئەمەش ئەوە ناگەیەنێت کە خەڵك وابزانێت ڕەپبوون بۆ ماوەی 24 سەعات هەر بەردەوام دەبێت. لیڤیترا بەهەمان ئەو شێوەیە کاردەکات کە ڤیاگرا کاردەکات ئەوەش بریتیە لەپەك خستنی ئەنزیمی فۆسفۆدای ئیسترەیز-ژمارە پێنج، کە بەوە یارمەتی ئەو ماسولکانە دەدات کە ناوپۆشی ئەندامی نێر دەکەن بۆ ئەوەی خاو ببنەوە ئەوەش دەبێتە هۆی ئەوەی خوێن بە هەروژم بچێتە ناوی و ڕەپبوونی تەواو ڕوبدات.

لەکاریگەرە لاوەکیەکانی ئەم دەرمانە سەریەشەو سووربوونەوەی پێست و هەندێك ترشەڵۆك و سورهەڵگەڕاندنی

لووتە.

پێویستە ئەوەش بزانرێت کە قەدەغەیە ئەم دەرمانە لەگەڵ ئەو دەرمانانەدا وەربگیرێت کە نایتەریتیان تێدایە وەك دەرمانەکانی دڵ، هەروەها قەدەغەیە لەگەڵ سمیتیدین (دەرمانی قورحەی گەدە) وەربگیرێت. هەروەها لەگەڵ دژە زیندەکانی وەك ئەریسرومایسین و نیزورالی دژ بە کەڕوەکان و هەندێك لە دەرمانەکانی دژە پەستانی خوێن.

تا ئێستاش نرخی لیڤیترا زۆر گرانە بۆ نمونە شریتێکی چوار حەپی بە 90 دۆلارە، و پاکەتێکی هەشت حەپی بە 178 دۆلارە، و دوانزە حەپی بە 264 دۆلارە و بە دۆزی 4 ملگم و 10 مگلم هەیە.

بازاڕی ئەو دەرمانانەی کە چارەسەری لاوازی سێکسی دەکەن یاری بە بلیۆنەها دۆلار دەکەن، لەبەرئەوە هەوڵی زانایان بۆ دۆزینەوەی دەرمانی نوێی لاوازی سێکسی هەر لەبەردەوامی دایە بۆ ئەوەی هەر کۆمپانیایەکی دەرمان بەشی هەرە زۆری قازانجە کە بۆ خۆی بەرێت.

ئەگەر تەنها چاوێك بە دەرمانخانەکاندا بگێڕین بۆمان دەردەکەوێت کە لیڤیترا تاکە دەرمانی ئەم بابەتە نیە. لەنێوان مارتی 1998دا کە مێژوی ڕەزامەندی بەکارهێنانی ڤیاگرا بوو تا مارتی 2003 کە مێژوی بەکارهێنانی لیڤیترا بوو ئاوێکی زۆر بە ڕوبارەکەدا ڕۆیشتوە وەك دەڵێن، بەمانایەکی دی، جۆری زۆرو دۆزی نوێ هاتۆتە ئاراوە بۆ نمونە، کاڤرجێکت Caverject. کە دەرمانێکە بە دەرزی دەدرێت لە چوك و بێ ئازارە، لە پاش لێدانی چوك لە ماوەی پێنج تا بیست خولەکدا ڕەپ دەکات و ڕەپبوونەکەش تا سەعاتێك دەخایەنێت، بەڵام عەیبی ئەم دەرمانە لەوەدایە کە چێژە سێکسیەکە تیایدا بە ئازارەوە دروست دەبێت و ڕەنگیشە هەندێك خوێن تێزان یا شین بوونەوەی تیادا ڕوبدات و هۆی ئاماژەشە ئەم دەرمانە کاتێك بەکاردێت کە هیچ یەکێك لە دەرمانەکانی پێشو سودیان نەبێت.

یا دەرمانی کاڤێرتا Caverta لە بریتی ڤیاگرا کە بەشێوەی حەپ هەیە، و پێویستە نەخۆشەکە لە قۆناغی ورووژاندن دا بێت ئەگینا هیچ کاریگەرییەکی نابێت. بە پێچەوانەی کاڤرکت کە پێویستی بە ورووژاندنی سێکسی نیە، ئەمیش واتە کاڤێرتا هەروەك ڤیاگرا کاردەکات بە خاوکردنەوەی ماسولکەکانی چوك و فراوانکردنیان لەبەرئەوە بڕێکی زۆری خوێن هەروژم دەکات چوکەوە و خوێنهێنەرەکانیش تەسك دەبنەوە بۆ ئەوەی نەیەڵن خوێنەکە بگەڕێتەوە بەو شێوەیە خوێنەکە ((پەنگ خواردوو)) دەبێت بۆ ئەوەی چوك بەرەپکراوی بهێڵنەوە.

لەبەرئەوە کاڤێرتا وەك ڤیاگرا چالاك کەر یا هۆرمۆن نیە. بەڵکو دەرمانێکە فەرمانێکی دیاریکراوی هەیە و نرخەکەشی سێ بەشی دۆلارێکە دەرمانی ڤیجا Veega بریتیە لە روی هندی ڤیاگرا. نرخەکەی لە میسر لە 5 جونەیە کەمترە. هەمان مادەی کەرەسەیی ڤیاگرا (یلدنانیل)ی تێدایە و بەهەمان شێوە کاردەکات.

دەرمانی ئۆمنیجین Omnigen رویەکی دیکەی ڤیاگرایە و یەك حەپی بە دۆلارێکە.

دەرمانی میلتابس Meltabas ڤیاگرایە بەڵام بەشێوەی حەپێکی فشەڵ و زۆر بەخێرایی لە دەمدا دەتوێتەوە و ڕاستەوخۆ دەچێتە سوڕی خوێنەوە بێ ئەوەی وەك ڤیاگرا بە گەدەدا بڕوات کە زۆر بە هێواشی بەر دەردراوەکانی دیواری گەدە دەکەوێت لەبەر ئەوە پێش کارە سێکسیەکە بە سەعاتێك تا سەعات و نیوێك دەخورێت. بەڵام میلتابس تەنها چارەکە سەعاتێك پێش کارە سێکسیەکە بۆ ئەوەی کاریگەری خۆی دەربخات بۆیە حەپێکی بە پێنج دۆلارو نیوە.

دەرمانی ڤیدرین Vidrin بریتیە لە حەپی ڤیاگرا کە دەخرێتە ژێر زمانەوە وەك حەپەکانی چارەسەری نەخۆشیەکانی دڵ، ئەمیش وەك دەرمانەکەی پێشو زوو کاری خۆی دەکات و تەنها 20 خولەکی بەسە و یەك حەپی بە 11 دۆلارە.

دەرمانی سیالس Cialis، ئەمە ئەو دەرمانەیە کە شۆڕشی نویٚ لەنێو دەرمانەکانی لاوازی سێکسی دا دروست دەکات. لە ئەنجامی ئەو تاقیکردنەوانەی لەسەر 400 نەخۆشی لاوازی سێکسی دەرکەوتوە 88٪ یان لەماوەی نیو کاتژمێردا گەیشتونەتە ڕەپبوون و بە درێژایی 24 سەعات سودیان لێ بینیوە.

ئەمەش مادەیەکی جیاوازە لە ڤیاگرا و هیچ زیانێکی بۆ نەخۆشانی بەرزە پەستانی خوێن و دڵ نیە، بەڵام هەندێك کاریگەری لاوەکی هەیە وەك سەریەشە و سووربوونەوەی پێست، نرخی یەك حەپی 15 دۆلارە.

دەرمانی ئۆپریما Uprima ئەمیش مادەیەکی جیاوازی لە ڤیاگرا و ناوە زانستیەکەی بریتیە لە ئەبو مورفین هایدروکلورید، ئەم دەرمانە ڕاستەوخۆ کار لە مێشك دەکات و بەو شێوەیە کاریگەری خۆی دەردەخان کە مێشك گرنگترین ئەندامی سێکسی مرۆڤە.

واتە وەك ڤیاگرا بە لاوەکی کارناکاتە سەر چووك و سوڕی خوێن. و زۆر بە خێرایی لە سوڕی خوێندا دەمژرێت و لە ماوەی تەنها پێنج خولەکدا کاریگەری دەرمانەکە دەردەکەوێت و بۆ هەموو جۆرەکانی لاوازی سێکسی چارەسەرە، و کارتێکەرییە لاوەکیەکانیشی زۆر سادەن و لە هەموویان گرنگتر هێڵنج دانە.

بەم شێوەیە دەبینین بازاڕی دەرمانی لاوازی سێکسی ڕۆژانە نویٚ دەبێتەوە. بەڵام ئەمانە ئەوە دەردەخەن کە سێکس رابواردنێك نیە تەنها بۆ دەوڵەمەندەکان بێت، یا غەریزەیەکی ئاژەڵی نیە تێر بکات. بەڵکو پێویستەکی مرۆڤانەیە و ناتوانین پشت گوێ بخەین یا خۆمان لێی بە بەرزتر بزانین بیانوی رەوشت و پاکژییەوە. بۆیە بەردەوام ئێمە چەپڵە بۆ ئەو زانایانە لێ دەدەین کە ڤیاگراو دەرمانەکانی پاش ڤیاگرایان دۆزیەوە، لەهەمان کاتدا دژی ئەوان دەوەستینەوە کە بە تەنها بە ڕەچاوی بزنس و بازرگانیەوە سەیریان دەکەن.

لوتیکی ئەلکترۆنی
هەناسەی نەخۆشەکان شیدەکاتەوە

توێژەرەوەکان لە زانکۆی پنسلڤینیاوە زۆر توێژینەوەی سەرکەوتویان دەربارەی لوتی ئەلکترۆنی e-nose تەواوکرد، ئەم لوتە ئەلکترۆنیە دەتوانێت نەخۆشیەکانی کۆئەندامی هەناسەدان وەك هەوکردنی سیەکان و گیرفانەکانی لوت لە ڕێگەی شیکردنەوەی هەناسەی نەخۆشەکانەوە دەست نیشان بکات، پزیشکەکان بڕوایان وایە ئەم دەزگا نوێیە دەتوانێت کرداری دەست نیشانکردنی نەخۆشیەکانی کۆئەندامی هەناسەدان ئاسان بکات و هەروەها ئەم کردارە خێراتر بکات و پارەیەکی کەمتری تێبچێت هەروەها ئەو ڕەچەتە پزیشکیانەی کە بۆ دژە زیندەییە ناپێویستەکان دەنوسرێت، کەم دەکاتەوە، یەکێك لە توێژەرەوەکان ووتی یەکێك لە سودە گرنگەکانی دیکەی ئەم دەزگایە خێراییەکەیەتی لە دەستنیشانکردنی نەخۆشیەکاندا کە تاقیکردنەوەی دیاریکردنی هەوی سیەکان نزیکەی 40 خولەك دەخایەنێت بە پێچەوانەی پشکنینەکانی لیك و تیشکەکان کە پێویستی بەچەند کاتژمێرێك یان چەند ڕۆژێکە بۆ دیاری کردنی نەخۆشیەکە، ووردبینی لوتی ئەلکترۆنی لە دەست نیشانکردنی نەخۆشی هەوی سیەکاندا گەیشتە ڕێژەی (70٪–92٪) ئەم ڕێژەیەش لە ڕێژەی تاقیکردنەوە تەقلیدیەکان دەچێت.

لە توێژینەوەی سێیەمدا، دەزگا ئەلکترۆنیەکە بەشێوەیەکی ڕاست و بەڕێژەی 82٪ تووش بوونی 22 نەخۆشی بە گیرفانەکانی لوت دەستنیشانکرد کە لە بنەڕەتدا نیوەیان توشی نەخۆشی نەبیون، بەڕێوەبەرایەتی دەرمان و خۆراکی ئەمەریکی مۆڵەتی بەکارهێنان و فرۆشتنی ئەم دەزگایەی دواخست کە ناوی (cyranose 320)ە و پارە تێچونی ئەم دەزگایە کە قەبارەکەی بە قەدەر قەبارەی مۆبایلێکە نزیکەی 800 دۆلارە. ئەم دەزگایەش نزیکەی 32 دەزگای وەرگری بەقەبارەی سەرە دەرزیەك هەیە کە دەتوانێت بەوێنەیەکی ژمارەیی شت شیبکاتەوە و بیناسێتەوە لەسەر ژمارەیەکی زۆر لە ئامازە کیمیاییەکان لە ڕێگەی دەزگای هەڵمژینی هەواوە، هەندێك لە پزیشکەکان داوای ئەنجامدانی توێژینەوەی زیاتریان کرد کە ژمارەیەکی زیاتر لە نەخۆش لە خۆبگرێت پێش ئەوەی حوکمی ڕادەی چوستی دەزگای لوتە ئەلکترۆنیەکە بدرێت لە دەستنیشانکردنی نەخۆشیەکاندا، ئەوەی جێگای ئامازە پێدانە کە هەرسێ توێژینەوەکە دەربارەی دەزگا نوێیەکە هەریەکەیان نزیکەی 50 نەخۆشی لە خۆگرتبوو.

ڕێزان محەمەد سەعید

بەردە کوژەرەکان

وەرگێڕانی: تەها ئەحمەد ڕەسوڵ

زانایان دەڵێن گەورەترین بینراوی پێدامالینی کلکدارو هەسارۆکەکان بەزەویدا ئەو چاڵە بەرفراوانەیە کە دەکەوێتە ناوچەی (مانیکۆگان)ی هەرێمی کیوبیکی کەنەداوە.. زانایان وا مەزندەیان کردووە کە ئەو چاڵەی درێژی تیرەکەی شەست و دوو میل دەبێت، بەر لە 214 ملیۆن ساڵ دروست بووە.

وەختێکیش کە هەردوو زانا ، جۆن سبرای لە زانکۆی (برونسویک)ی نوێو سیمۆن کیلی لە زانکۆی کراوەی بەریتانیادا ئاماژەیان بەوەدا کە تەمەنی چاڵەکەی کەنەداو تەمەنی چاڵەکەی دی لە فەرەنسا بەوی ڕوشیورات چوونیەکە، بیرۆزێکی لێکەوتەوە بەوەی هەردوو چاڵەکە لە یەک کاتدا دروست بووبن و بەهۆی پێدامالینی پارچە پەرتبووەکانی کلکدارێکەوە بووە هەروەک کلکداری ناسراو (شوماخەر- لیڤی 9) کە زنجیرەیەک بەردی زەبەلاح بوون و لە ساڵی 1994دا بەرمشتەری گەورەترین هەسارەی گەڕۆک کەوتوون.

هەردوو زانا (سبرای- کیلی) پرسیاری گەورەیان بۆ هاوەڵەکەیان جێهێشت کە (دایڤید راولی)یە لە زانکۆی شیکاگۆو پسپۆڕێکە لەو بوارەی دەیسەلمێنێت کە کیشوەرەکان بەر لە جوێبوونەوەو دوورکەوتنەیان لە یەکتری، پێش ملیۆنان ساڵ یەکانگیرو پێکەوەلکاو بوون.. کاتێک راولی نەخشەکانی دانا، شوێنی چاڵەکان یەکالابوونەوە کە بەهۆی پێدامالینی کلکدارو هەسارۆکەکان پەیدابیون بەر لە 214 ملیۆن ساڵ، وێنەکە کتوپڕ ئەوەی دەرخست کە چاڵەکانی (مانیکۆگان)و (ڕوشیورات)و سێ چاڵی دیکە کە هاوتەمەنی یەکترن، ئەوانیش: سان مارتن لەکەنداو ئەپۆلۆن لە ئۆکرانیا، هەروەک ڕیدوینگ لەولایەتی داکۆتایی باکوری سەر بەوڵاتە یەکگرتووەکان، هەموو پێکەوە زنجیرەیەکی پەیوەست پێکدەهێنن کە درێژییان نزیکەی سێ هەزار میل دەبێت لەمسەرەوە بۆ ئەوسەر.

نەک هەر ئەوەندە، هەروەها ئەوە ڕوونبۆوە کەسێ لەو پێنج چاڵە لەسەر هەمان هێڵی پانی بوون، دووانەکەی دیش

زۆر نزیکبوون لەو هێڵەوە کە یەکێکیان کەوتبووە بەشی سەرووترو ئەوەی دیشیان بەری خوارووی لە نزیکەوە گرتبوو. لەو زانیارییە سەمەرەیەشدا، سێ زانا کە بیردۆزێکیان چنگ کەوت کە ناوەرۆکەکەی ئەوە بوو هەر پێنج چاڵەکە بەهۆی پێداماڵینی تەنە ڕەقەکانەوە بوون و لە یەك شوێندا 7 جاریون تەنها بە جیاوازی کات چەند کاتژمێرێکیان نێوان بووەو لە هەمان ڕۆژدا ڕوویداوە، بەڵام شوێنی باریتیان بەپێی سوڕانەوەی زەوی بە دەوری خۆیدا ئەو دەورکەوتنەوەیەی خەملاندووە، واتە ئەگەر زەوی جێگیر بووایە هەموو بەردە باریوەکان دەکەوتنە سەر هەمان شوێن و هێندە لێك دور نەدەبوون.

تیۆرە نوێیەکە زۆر پرسی قورس و گرانی بەدوای خۆیدا هێناو ڕەنگە لە هەموشیان گرنگتر ئەوە بێت، هۆکاری کاریگەر چی بێت کەئەو تەنە ڕەقانە وەبەر زەوی کەوتین لە یەك کاتدا؟!

زانایان ڕایان وایە کە کێشەکە پابەندە بە نەمانی دەستەیی جۆرو چەشنەکان کە لەو کاتەدا ڕوویداوە، زۆریش نزیك دەبێتەوە لە کۆتای چاخی ترایاسی‌یان سێیەنەکە کۆنترین چاخەکانی پووکانەوەی ناوەڕاستەو خشۆکەکانی سەر زەوی بەرەو نەمان چوون و شیرەدەرەکان سەریان هەڵداوە. وەك دەشزانرێت بیردۆزە زانستیەکانی نوێ دەڵێن لە سەدا هەشتای پۆل و جۆرەکانی شانشینە ئاژەڵییەکان کە لەسەر زەوی بوون لەو سەردەمەدا نەماون.

دەکرێت بشڵێن کە زۆرینەی زانا هاوچەرخەکان لەسەرئەو ڕایەن کە هەسارۆکەیەك بە قەبارەی تیرەیەکی‌ی شەش میلی وە بەرزەوی کەوتووەو ڕۆڵی بینیەوە لە نەهێشتنی دایناسۆرەکاندا لە دوتوێی بیردۆزی پووکانەوەگەلیدا کە پێش 56 ملیۆن ساڵ ڕوویداوە لەچاخی تەباشیریدا، کە چاخی سێیەمین و دواییە لە تێکچوونی ناوەڕاستدا؛ بۆ ئەوەی گۆی زەویش بە ڕووداوی وەبەرکەوتنی ئاسمانی لەناوچێت زاناکان دەڵێن ئەو کلدارە یان هەسارۆکەیەی دەبێتە خوڵقێنەری ئەو کارەساتە دەبێت قەبارەکەی لە نیو میل کەمتر نەبێت کە دەکاتە تیرەکەی، لەو بارەیەشەوە ڕایدەگەیەنن کە پێداماڵینی کلکدارێك بەو قەبارەیە شتێکی دانسقەیەو مەزندەی دەکەن کە لەو شێوە ڕوودانە تەنها جارێك دەقەومێت هەموو سێ‌سەد هەزار ساڵێك.

ئەم پێودانگ و مەزندەکارییە هێشتان تەنها بیردۆزی ڕووتن و بێ بەڵگەی زانستی ماونەتەوە، چونکە هێشتا کە زاناکان زۆرێك لە بارەی جیهانی کلکدارو هەسارۆکەکانەوە ناتزانن کە لە زەوی نزیك دەبنەوە، بەم پێیەش کە ئەگەری پێداماڵین هێشتاکە بیردۆز بن،کەواتە وەبەرکەوتن لە هەر ساتێکدا بێت دەقەومێت و یان لە ئێستادا یان لە ماوەی ساڵێکدا ڕوو دەدات، یاخود دەساڵی ترو ڕەنگە پاش یەك ملیۆن ساڵی تر ڕوویدات و دەچێتە خانەی گریمانەیەکی نەزانراوەوە.

راستی سامناك:

ڕەنگە ئەم ڕاستییە سامناکە بێت کە پاڵ بە زانایانەوە دەنێت لە سەرانسەری دونیادا کۆشش بکەن و تۆژینەوە دەربارەی تەنە بەردینەکان بکەن کە پێیان دەڵێن (دراوسێیەکانی زەوی)و ئەو تەن و لاشانەن کە ئەگەری بڕینی خولگەی زەوییان هەبێت.

زانایان لەو بارەیەوە دەڵێن کە زۆرینەی ئەو تەنانە لە پشتێنەیەکی ئاسمانیدا نیشتەجێن کە دەکەوێتە نێوان خولگەی مەریخ و موشتەرییەوە و لەو باوەڕەدان کەئەو تەنانە بەشێکن لە پاشماوە بەردینەکانی بەرایی دروست بوونی سیستمی کۆمەڵەی خۆرەوە.(1)

لەو ڕاستیانەشدا کە جۆرێك لە ڕاشکاوییان تێدایە ئەوەیە کە زاناکان تاوەکو ئێستا توانیویانە دۆزینەوەو پۆلێنی زیاتر لە شەش هەزار تەنی ئاسمانی بکەن کە هەمان سیفەتیان

بەسەردا دەسەپێنرێن، لەکاتێکدا هەر ئەو زانایانەش ئەژماری ڕاستیی ئەو تمنانە بە دەمەزار تەن و لاشە مەزەندە دەکەن.

وەك زانراویشە کلکدارەکـان زۆر دانسـقە لـە بۆشـایی و ئاسمـانی زەوی نزیکدەبنەوە، هەروەها زۆر خێراتریشـن وەك لە هەسارۆکەکان، لەبەرئەوە.. هەر کاتێك و بەر هـەر شتێك بکەون لە توانستیاندایە ژیانێکی ئەو تۆو زەوەند بەو شتە بگەیەنن.

زاناکان دەڵێن زۆر گرانە، بەڵکو مەحاڵیشە لە هەمانکاتدا پێشبینی پێداماڵینی کلکدارێك بکرێت بۆسەر زەوی، چونکە ئـەو گازانـەی لـە کلکدارەکـەوە دەپرژێـن لـە زۆربـەی حاڵەتـەکاندا دەبێتـە هـۆی گۆڕینـی ئاراستەکەیشـی و لـە ڕەرتەکەی لایدەدات.

تۆژینـەوە تایبەتـەکانیش ئامـاژەی پێدەکـەن کـە هەسارۆکەکان لە خولگە نیمچە بازنەییەکاندا دەسوڕێنەوە.. لەبەرئەوە زانایانی گەردوونی تەنها بە بینینی هەسارۆکەیەك دەتوانـن بەرپـەڕی بـاوەڕ بەخۆبوونـەوە ئاراسـتەو ڕەوتـی هەسارۆکەکە دیاری بکەن، لەم ساڵانەی دواییشدا توانییان سـەدان لـەو هەسارۆکانە دەستنیشـان بکـەن کـە لـەنزیکی بۆشایی گۆی زەویدان، یان ئـەوەی بە خولگەکانی دراوسێی زەوی ئاسراوە.. لە نێوەند ئەو هەسارۆکانەشدا، نزیکەی دوو سەد دانەیان بـەلای زەویـدا ڕەتبون، بـەڵام زانایان ژمـارەی پێوانەیی ئەوهەسارۆکانەی لە نزیك زەوییەوە ڕەتدەبن و هەر یەکەیان کە درێژییەکەیان لە نیومیل زیاترە بە هەزارو شەش سەد هەسارۆکە دەخەمڵێنن، بەم پێیەش ئەوە دەردەوێت کە سەبارەت بـە زانایـان هێشـتاکە زۆر مـاوە بـۆ تۆژینـەوەو بەدواچوونیان و پێزانینیان.

لـە سـەردەمی نوێشـدا،زانایـان زۆربـەی ئـەو هەسارۆکانەیان تۆمار کردووە کە لە زەوی نزیکدەبنەوە.. لە ساڵی 1968 دا کە هەسارۆکەی (1566 ئیکارۆس) لە نزیکی چوار ملیۆن میلەوە لە زەوی تێپەڕ بوو.. لە کۆتـایی ساڵی 1996دا هەسارۆکەی (4179تۆتاتیس) لە دووری 3و3 ملیـۆن میلەوە بەلای زەویدا ڕەتبوو، لە مانگی مایسی هەمان ساڵدا هەسـارۆکەی (GA1) لـە دووری 280 هـەزار میلـەوە لای زەوییەوە ڕەتبوو، ئەو دوورییەش هێندە زۆر نییە لە دووری نێوان زەوی و مانگەوە.. خۆ ئەگەر ئـەو هەسارۆکەیە وەبەر زەوی بکەوتایـە بەهێزێکـەوە دەتەقییـەوە کـە هاوتـای تەقینەوەی 2000 میگا تـەن دەبێـت لـە مـادەی تی‌ئێـن تـی..

ئـەوەی جێـی سەرسوڕمانیشـە ئەوەیـە کـە زاناکـان پێیـان نەزانیبوو تەنها پێش چوار ڕۆژ نەبێت وەختێك بە بۆشایی ئاسمانی زەویدا ڕەتبوو بەخێرایی پەنجاو هەشت هەزار میل لە کاتژمێرێکدا.

لە شەشی کانوونی یەکەمی 1997دا زانای گەردوونناسی ئەمەریکی (جیم سکوتی) هەسارۆکەیەکی دۆزییەوە بەناوی (XF11-1997) مێنـدەی پێنـەچوو زانـای گـەردوونناس ئـەو هەواڵـەی گەیاندە بنکەی جیهانی بۆ ڕوانگەی تەنە بچووکە ئاسمانییەکان کـە (بریـان مارسـدن)سـەرۆکایەتی دەکـات.. لەماوەی سێ مانگی دواییدا توانرا وێنەی ئەو هەسارۆکەیە بگـرن بـەیاریدەی چـەندین زانـای گـەردوونناس لـە کەنـەداو کۆمـاری چیـلەو ئیتاڵیـاو ژاپـۆن و سـلۆڤاکیاو وڵاتـە یەکگرتووەکاندا.

پـاش پێوانـە سـەرەتاییەکان دیـاریکردنی ئاڕاسـتەی هەسارۆکەکە، زانایـان گەیشـتنە ئـەو کـە نزیکبوونـەوەی لـە زەوی بەشـێوەیەکی دژوار شـتێکی شیاوە.. وەختێکیـش (مارسدن)و دەستەکەی ئەو زانیاریانەیان خستە کۆمپیوتەری تـەرخانکراوەوە، ئـەوە دەرکـەوت کـە گریمانەکـەی نزیکبوونەوەی ئەو هەسارۆکەیە لەزەوییەوە زۆرترە لـەوەی زانایان پێشتر بۆی چووبوون، ئەوەش پاڵی بە (مارسدن)ەوە نا بانگەشە بکـات کـە شیاوی نزیکبوونـەوەی هەسـارۆکەی (XF11-1997) بـەهێزترە لـە هـەموو ئەوانـەی کـە هاتوونـە بەرگوێ.. دەستبەجێ (مارسدن) بانگەوازێکی بەپەلەی کرد بۆ سەرجەم زانا گەردوونییە ئاسراوەکانی جیهان. لێرەشەوە ڕۆڵی ئینتەرنێت وەردەکەوت کە لاپەڕەکانی لە ماوەی چەند ڕۆژێکی کەمدا بە هەواڵی ئەو هەسارۆکەیە پڕ بۆوە.

لـەکارە باشـەکانی کۆمپیوتـەری تایبەتمـەندو تـەرخانکراوەوە ئـەوە بـوو وێنـەی جووڵـەی هەسـارۆکەو کلکدارەکانی دەکێشاو هەر بەوە نەدەوەستا کە ئاڕاستەیان دەستنیشان بکات، بەڵکو ئەو جێگەیشی یەکالا دەکردەوە کە تێیدایە.. ئەم تایبەتمەندییەش ژنە زانای گەردووناسی ئەمەریکی (ئەلیانور هێلین)ی یاریدەدا بۆ کۆکردنەوەی 1990 وێنە سەبارەت بە هەسارۆکەکە، بە گەڕانەوەش بۆ زانیارییە کۆکراوەکانیش لەگەڵ وێنەگرتنەکاندا کە پێش هەشت ساڵ هەبوون نەك تەنها سێ مانگ، کۆمپیوتەرەکە توانی پێوانگەو

مەزەندەی زۆر ورد سەبارەت بە ڕەوت و خولگەی هەسارۆکەکە بدات کە لە مانگی ئۆکتۆبەری ساڵی 2028 دا لە دووری شەش سەد هەزار میلەوە نزیکدەبێتەوە لە زەوی.

لە بنکەیەکی دانراویشەوە لەسەر لوتکەی چیای (مالیکالا) لە هاوای، ئەلیانور هێلین و دەستەی کارکەرانی هاوشانی توانییان هەزاران لەو تەنانە دەستنیشان بکەن کە پێیان دەڵێن لە (پشتێنەی هەسارۆکە هاوسێکانی زەوی).. ژنە زانا وتی بنکەکە توانیوەتی وێنەی زیاد لە چوارسەد هەسارۆکەی دراوسێی زەوی بگرێت، ئێمەش دەزانین کەئەم ژمارەیە لەسەدا دەی کۆی گشتی هەسارۆکەکانە کە لەو پشتێنەیەدان.. ئەمەش هۆکارێکی ئەو تۆیە بۆ هێشتنەوەو بەردەوامبوون لە گەڕان بەدوای دژوارییەکاندا بۆ سەر زەوی و بۆ مرۆڤ.. گەر بۆدجەو پارەی تەرخانکراویش هەبووایە دەمانتوانی لە ماوەی دەساڵی داهاتوودا 90-95٪ ئەو هەسارۆکانە دەستنیشان بکەین. بودجەی ئێستاش وەکالەتی گەردوونی ئەمەریکی تەرخانیکردووە بۆ توێژینەوەی هەسارۆکەکان دوو ملیۆن و هەشت سەد هەزار دۆلارە لە ساڵێکدا، ئەو بڕە پارەیەش هیچ نییە جگە لە بەشێکی کەم نەبێت لەو بودجەیەی کە هۆلیوود تەرخانیکردووە بۆ دەرهێنانی فلمێکی سینەمایی دەربارەی بەردە ئاسمانییە کوژەرەکان.

پرسیاری سامناک:

لەم بوارەشدا زانایان و پسپۆران پرسیارێکی ترسناک دەوروژێنن وەختێك دەڵێن: مرۆڤ چی لەدەست دێت ئەگەر بۆی دەربکەوێت یەکێك لە هەسارۆکە کوژەرەکان لە ماوەی چەند ساڵێکی کەمی تردا وەبەر زەوی بکەوێت لە کاتێکدا هیچ ڕێگە چارەیەك نەبێت بۆ بەرەنگاربوونەوەی جۆرە کارێکی وا خەتەرناکی لەناوبەر؟ بەرەنگاربوونەوەش بەچەکی ئاسایی مەحاڵە لەبەر هۆیەکی زۆر سادە ئەویش ئەوەیە مرۆڤ تاوەکو ئەم چرکەیە نەگەیشتووەتە ئەوەی چەکێکی وا بۆ بەرەنگاربوونەوەی لەم جۆرە، لەوەش ناچێت ئەوەی پێ بکرێت لەم چەند ساڵە کەمەی دواتردا.

بەرەنگاربوونەوەی چەکی ئەتۆمی نیمچە مەحاڵە لەم بارودۆخەدا، بەواتای پەنابرجنە بەر بەکارهێنانی چەکی ئەتۆمی بۆ لێدانی هەسارۆکەیەك یان بۆ گۆڕینی ئاڕاستەکەی شتێکی گونجاو نییە، چونکە زۆرینەو هەموو پەیماننامە نێو دەوڵەتییەکان ڕێگە نادەن چەکی ئەتۆمی بەکاربهێنرێت لە بۆشایی ئاسماندا.. بەتایبەتیش پەیماننامەی بەکارنەهێنانی لاوەکی بۆ تاقیکردنەوە ئەتۆمییەکان لە ساڵی 1963دا.. هەروەها پەماننامەی بەکارنەهێنانی گشتگیر بۆ تاقیکردنەوە ئەتۆمییەکان لە بۆشاییدا لە ساڵی1967دا.. بەڵام چەکی ئەتۆمی سەرباری هەموو ئەوەش هێشتان تاقە ڕێگەیەکی بەرهەڵستی مرۆڤایەتییەو چەکی یەکەمی شارستانیەتە لە بەرامبەر دژوارییەکی ڕاستەقینەی پێداماڵینی هەسارۆکەیەك بەزەویدا.

زانای گەردوونی ئەمەریکی ئێدوارد تایلەر کە یەکێکە لە کۆڵەکە سەرەکییەکانی بەرنامەی (جەنگی ئەستێرەکان) لە ساڵانی هەشتاکاندا، ڕایگەیاند کە بەرکارهێنانی بۆمبی ئەتۆمی بەهێزی یەك ملیۆن تەن شتێکی شیاوە لە زەوییەوە ڕووەو ئەو هەسارۆکەیە هەڵبدرێت بۆ گۆڕینی ڕەوتەکەی و لادانی مەترسی لەسەر زەوی.

هەروەها زانا ئەمریکیەکانی تریش کە لە تاقیگەی (لۆس ئالامۆسی نیشتمانی) کاردەکەن لەم پێناوەدا پێیان باش بوو بۆمبی نیوترۆنی بەکاربهێنرێت بۆ خولقاندنی تەقینەوەی هێمن لە پێناوی گۆڕینی تەوەرو خولگەی هەسارۆکەکە لەگەڵ خێراییەکەیشیدا.

یەکێکی تر لەو بۆچوونانە پێی باشە بەهۆی بۆمبێکی گونجاوەوە زاڵ ببین بەسەر ئەو هەسارۆکەیەدا، بەڵام ئەمەیان جێی مەترسی هەموو زاناکانە کە لەو دژوارییانە ئاگادارمان دەکەنەوە سەبارەت بەم پرۆسەیە، چونکە مرۆڤ هێشتان نەگەیشتۆتە دەرکپێکردنی تەواوی پێکهاتە ماددییە سەرەکییەکانی هەسارۆکەکە، کەواتە تەقینەوەیەکی بەو چەشنە ژدواری و سامانکی وای تێدایە کە نەخراوەتە پێش چاو.. لەو دژوارییانەش بۆ نموونە، وەك زاناکان دەیڵێن ئەوەیە زەوی دوچاری بارینێکی نائاسایی دەبێتەوە لە پارچەو تەنی ڕەقی پەرت پەرت و لێك هەڵوەشاوەی پەرتوبڵاوی تەقینەوەی هەسارۆکەکە، پێدەچێت هەندێك لەوتەنانەش قەبارەیەکی گەورەیان هەبێ و ببنە هۆی ناوەوەی کارەساتی زەمینی لەناوبەرەو زیاترێت لە توانستی مرۆڤ بۆ بەرهەڵستی کردنی.

لەلایەنی سیاسیشەوە، لە نێومند بەرپرسە جیهانییەکاندا ▬ن پێیان وایە ڕێگە چارەی چەکی ئەتۆمی دوزا ڕێگەیە.. بۆ

نمونـەش، وەزیـری دەرەوەی چـین پێـش چـەند هەفتەیـەك ڕایگەیاند کە لە هەر بارودۆخێکدا ناکرێت واز لە ڕێگە چارەی ئەتۆمی ئاشتییانە بهێنرێت کە پشتی پێ ببەستین.

وەزیـری چینـی ئەوەشـی ڕوونکـردەوە کـە مرۆڤایـەتی پێویسـتییەکی ئـەوتۆی هەیـە بـۆ بەدەسـتهێنانی چـەکێکی ئەتۆمی ئاشتییانە لەبەرامبەر ئەگەری سەردان و هاتنی یەکێك لەو هەسارۆکانەو بەکارهێنانی بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی.

بەڵام پرسیاری گەورەو سەرەکی لەم حاڵەتەدا ئەوەیە: ئەو دەوڵەتە کێیە کە پاراستنی ئەو جۆرە چەکە لە ئەستۆی خۆی دەگرێت کە توانستێکی زەندو بێ هاوتای هەیە تاوەکو کاتی بەکارهێنانی؟

زانای گـەردوونی نـاودار (کـارل سـاگان) بـەر لـە مردنـی لەئەیلولی ساڵی پاردا ووریاکردنەوەیەکی سەبارەت بە ئەگەری خەتـەرناك ڕاگـەیاند، وتـی تـەکنۆلۆژیا لـە توانایدایـە ڕەوت و ئاڕاسـتەی هەسـارۆکەکان بگـۆڕێ و دوور لـە زەوی بیانهێڵێتـەوە، هـەروەها پێدەچێـت لـە هـەمان کاتیشـدا لـە توانیدا بێت ئەو هەسارۆکانەش بۆ لێدانی چەند خاڵێکی دیـاریکراوی سـەرزەوی ئاراسـتە بکـات، زانـاو پسـپۆڕان لـە هیوای ئەوەدان بگەنە دۆزینەوەی ڕێگەچارەیەك بۆ ئەو گرفتە بەرلەوەی ڕووبەڕووی کارەساتێکی چاوەڕوانکراوی بۆشایی ئاسمان ببینەوە

سـەبارەت بە باری هەسارۆکەی (XF11-1997) لەبـەردەم زاناکاندا هێشتاکە بیست و سێ ساڵ ماوە.. ئەمـەش کاتێکی ئەوتۆیە بۆ پـەرەپێدانی پلانـی بـەرگریکردن.. کـارل سـاگان ڕایگەیاند پێویستە لـەو پێنـاوەدا کاربکەین سەرباری ئەوەی هەسارۆکەکە لە زەویش نزیـك نابێتـەوە بەشـێوەیەکی دژوار

وەك پێشتر هەندێکی دی بۆی چوون.

زانایـان دەڵێـن ئـەم هەسـارۆکەیە تـاوەکو سـاڵی 2028 هەژدەجار بەدەوری خۆردا دەسوڕێتەوە، (ساگان) پێشنیاری کرد ئەو هەلە بقۆزنەوە بەناردنی کەشتییەکانی ئاسمانی لەو ساڵەدا بۆ نزیکترین خاڵی شیاو لە هەسارۆکەکەو لەنزیکەوە بڕواننە پێکهاتـەکانی و هـەوڵدان بۆ تەقاندنەوەی بـە بۆمبـی ئەتۆمی.

لەلایەکی تریشـەوە، زۆرینـەی زانایانی تر پێیـان باشـترە ڕووەو ئـەقڵ بگەڕێنـەوە تـاوەکو زانیـاری و بەشـکاری ئـەوتۆ سەبارەت بە هەسارۆکەکە بە دەست بهێنرێت بەر لە ڕۆچوونە نێو دانانی پلان بۆ ڕووبەڕوو بوونەوەی.

وەك دەشـزانرێت وڵاتەیـەککرتووەکان لـە سـاڵی 2002 دا کەشتی ئاسمـانی (کونتور) هـەڵدەدات بۆ نزیکبوونـەوەی لـە سێ کلکدارو لە کلکداری (ئینکـی) نزیکدەبێتەوە بەو ماوەی نێوانەی کە دەکاتە شەست میل تەنها.

دەشـزانین کـە وڵاتـە یـەککرتووەکان ساڵی 1996 کەشـتی ئاسمـانی (N.Y.A.R)ی نـاردووە بـۆ نزیکبوونـەوە لـە هەسارۆکەی (ئیرۆس) لە ساڵی ئایندەدا.

ئـەم پاشمـاوە بەردینانـەی کەوتوونەتـە نێوان خولگـەی هەسـارەی مـەریخ و موشـتەرییەوەو بەناوچـەی پشـتێنەی هەسـارۆکەکان ناسـراوە، بـەپێی زانیاریمـان سـەبارەت بـە هەسارەی (فیتۆن)ی ونبوو، پێدەچێت هەمان پاشماوەی ئەو هەسـارەیە بـن و زانـا ئەمریکییـەکان بسۆ سـەرچاوەکانی گەردووناسی ڕووسی (یەکێتی سۆڤێتی جاران) نەگەڕێنەوە، لە هەڵسەنگاندنی ئـەم بابەتـەی کـە کردوومانـە بە کـوردی، ڕەنگـە زێدەڕۆییـەك ببینینـەوە سـەبارەت بـەو هەسـارۆکانە ئەگەر بگەڕێینەوە بۆ وتاری (فیتۆن.. هەسارەیەکی ونبوو) کە لـە ژمارەکـانی پێشـووی گۆڤـاری زانسـتی سـەردەم دا وەرمانگێڕاوەتـە سـەر زمـانی کـوردی.. هـەروەها زۆرینـەی بـەردەباریوو پێداماڵینـەکانی دێرینیـش هـەر بـۆ هـەمان سەرچاوە بگەڕێنـەوە کە ناسـراوە بـە تەقینـەوەی هەسـارەی فیتـۆن و بە لکـاندنی بـە زانیارییـەکانی - نـهێنی کۆنـترین مێـژوو- ئـەوەشمان بـۆ یـەکالا بێتـەوە کـە مـانگی پاشـکۆی زەویـش یـەکێك بێـت لـەو پارچـەو پاشماوانـەی فیتـۆن.

(وەرگێڕی کوردی).

کەمئەندامی..
ململانێیە لەگەڵ ژیاندا

نوسینی: زەینەب کوردی
پەرچڤەی: لوقمان

منداڵی کەمئەندام وەك هەرمرۆڤێکی ئاسایی مرۆڤە بەڵام تواناکانی کەمترە. باوان چۆن ڕووبەڕووی شۆکی لە دایکبوونی منداڵی کەمئەندام دەبنەوە و چۆن مامەڵەی لەگەڵدا دەکەن تاکو دەگاتە ئەو قۆناغەی تاکو ئاستێك یان بەشێوەیەکی بەشی بۆ جێبەجێکردنی هەندێك لە کارەکانی ڕۆژانەی پشت بەخۆی ببەستێت. هیچ شتێك لە دونیادا ئەوەندە کارناکاتە سەر دەروونی هەر ژنێك چاوەڕوانی لە دایکبوونی منداڵێکی تەندروست ساغ بکات و لەو کاتەدا منداڵێکی کەمئەندام ببینێت. بە تەنها تەماشاکردنی ئەو منداڵە هەموو ناخی دەهەژێنێت و نا ئارامانە پرسیار دەکات: تۆ بڵێی منداڵەکەی منیش وابێت؟ تۆ بڵێی کەمئەندام یان بیرکۆڵ نەبێت؟ ئەمانە و چەندەها پرسیاری دیکە ئەگەر بە تەنها بینینی منداڵێکی کەمئەندام تاکو ئەم ئاستە نا ئارامی بکات و خەو لە چاوی بزڕێنێت، کەواتە ئەو دایکە چی لێدێت ئەگەر بەڕاستی لە دوای منداڵبوونەکەی بینی منداڵەکەی خۆی کەمئەندامە؟ بێگومان ئەمە شۆکێکی کاریگەرە بۆ سەر دەروونی دایکەکەو هەموو ئەندامانی خێزانەکەش هەروا بە ئاسانی ئەم بارە وەرناگرن، بە تایبەتی دایکەکە توشی گرێی دەروونی هەستکردن بە گوناه دەبێت و بەردەوام لەخۆی دەپرسێت، تۆ بڵێی خەتای من بووبێت؟ تۆ بڵێی نەخۆشییەکەی لەمنەوە بۆ مابێتەوە؟ یان لە کاتێکدا لە سکمدا بووە بەبێ پرسی پزیشك دەرمانێکم خواردووە؟ ئەگەر بە وەڵامێکی مەنتیقی کۆتایی بە پرسیارەکانی هێناو قەناعەتی بەخۆی کرد کە ئەو نەبۆتە هۆکار بۆ ئەو بارەی منداڵەکەی، هەر هەست بە گوناه دەکات چونکە دەڵێت: بەهۆی منەوە لە دایکبووە، من گوناهبارم ئەوەندە بەسە من ئامرازێك بووم بۆ لەدایکبوونی.

هەر دایکێك- خوانەخواستە- ڕووبەڕووی ئەم هەڵوێستە واتا لە دایکبوونی منداڵێکی کەمئەندام ببێتەوە، پێویستە درکی ئەو ڕاستیە بکات کەمئەندامی منداڵەکەی تازە واقیعییەو دەبێت بە هەڵسوکەوتی پۆزەتیڤانە ڕووبەڕووی ببێتەوە یان بەخەمخواردنێکی پۆزەتیڤانە ڕووبەڕووی ئەو واقیعە ناخۆشەبێتە، چونکە تەسلیم بوون بۆ فرمێسك و ئازار و نائومێدی منداڵەکەی بۆ ئەو شێوەیە ناگەڕێننەوە کە خۆی خواستوویەتی یان چاوەڕێی کردووە. ئەگەر ئانەندامی منداڵێك لە خێزانێکدا بە کارەسات ناوببەین دەبێت وەك دایکێك لە ئازاری ڕودانی ئەو کارەساتە کەم بکاتەوە تاکو منداڵەکەی دوچاری کەمترین زیان ببێت، هەر کە هەستی بە ئازار و خەفەت کرد، بەخۆی بڵێت: ئەو خەم و پەژارەیەم لەسەر دەم و چاوم ڕەنگ دەداتەوە و ئازارەکانم ئاشکرا دەکات، منداڵەکە کەمئەندامەکەشم بڕوام پێناکات کە پێی دەڵێم کەمئەندامییەکەت ئەوە ناگەیەنێت بە زیندوێتی حوکمی لە سێدارەدانیان بەسەردا سەپاندبێت.

هاوکاریکردن بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ئەو شکستییە:

منداڵی کەمئەندام وەك هەر منداڵێکی ئاسایی- پێویستی بەتێرکردنی پێداویستییەکانی ناوەوەی وەك هەستکردن بە دڵنیایی و ئینتما هەیە و بەردەوام هەست بکات خۆشەویستە و خوازراوە لەگەڵ ئەوەشدا کە کەمئەندامە. تێرکردنی ئەو پێداویستییانەی زۆر یارمەتی دەدات لەگەڵ باروودۆخەکەیدا بگونجێت و بەسەر زۆربەی ئەستەمییەکانیدا زاڵ بێت، بە تایبەتی ئەگەر دایك و باوکەکە خۆیان سووربوون لەسەر ئەوەی ئەو هەستەی پێ ببەخشن و بەشێوەیەکی پراکتیکی بڕوا بە توانا‌کانی و ئاستی توانینی بۆ بەدیهێنانی خۆی لەگەڵ ئەوەشدا کە ئانەندامە، بهێنن لەوانەیە نەتوانێت ببێتە پاڵەوانی تۆپی دەست یان کاراتی بۆ نموونە، بەڵام لەوانەیە بتوانێت ببێتە ئاوبژێکەر، یان لەوانەیە نەتوانێت ببێتە پزیشك یان ئەندازیار بەڵام لە توانایدابێت ببێتە داهێنەر لە بوارێکی دیکەدا وەك وێنەکێشان یان مۆزیك یان نوسین.

ئاگاداری گاڵتەپێکردن یان بەزەیی پیادا هاتنەوە بە:

دایکی منداڵی کەمئەندام لەوانەیە بەو ساتانەدا تێپەڕبێت کە تێیدا هەست بە ئومێدبڕان و شۆڕشکردن بەسەر باروودۆخەکەدا بکات، بەتەواوەتی هەست بکات لە وزەو توانای خۆی زیاتر هەڵگرتووە و چی دیکە توانای نەماوە بەرگەی لەمە زیاتر بگرێت. بە هیچ شێوەیەك شەرم لەم هەستەت مەکە ئەمە کارێکی یان هەستێکی سروشتییە و هیچ کاتێك ئەوە ناگەیەنێت تۆ دایکێکی خۆپەرستی و بەڵکو تۆ مرۆڤێکی هەرچەندە مەزن و بەتوانابیت وزەو تواناکانت سنووردارن. یارمەتی خۆت بدە دووبارە ئەم هەستە زاڵ نەبێتەوە بەسەرتا، هەوڵبدە تاکو دەتوانێت و باروودۆخەکان ڕێگەت پێدەدەن ژیانێکی ئاسایی بژیت، بۆ سەردانی هاوڕێکانت بکە یان تەنانەت پیاسەیەك بەپێ بکە تاکو

زیندوێتی و هەستکردن بە هاوسەنگی دەروونیت بۆ دەگەڕێتەوە، بۆ ئەوەی دەروون حەواوە و ڕوو گەش و پڕ بە هیوا دەربکەویت و منداڵە کەمئەندامەکەت هەست بە گوناه نەکات و بەخۆی نەڵێت من هۆکاری ئەم پەژارە و نەهامەتییەی دایکمم. بگەڕێ بەشوێن ئەو دایکانەدا وەك تۆ نەهامەتییان هەیە و بەدەست منداڵی کەمئەندامەوە دەناڵێنن، باسی ئەزموون و شارەزاییەکانی خۆتییان بۆ بکە لە چۆنێتی مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵەکەتدا لەوانەیە بە بینینی منداڵانی دیکە کە وەك منداڵەکەی تۆ کەمئەندامن سەبووری بەدڵتدا بێت و کەمێك ئاسوودە ببیت کاتێك دەبینیت منداڵەکەی تۆ لە زۆر منداڵی کەمئەندامی دیکە باشترە.

باروودۆخەکان هەرچۆنێك بن ڕێگەمەدە ئەگەر بە کەمیش بێت هیچ کەسێك بەزەیی پیادا بێتەوە یان گاڵتەی پێبکات تەنانەت ئەگەر بەنیاز پاکیش بێت و کەسە کە مەبەستی بریندارکردنی نەبێت، بۆ ئەوەی منداڵەکەت هەست بە خۆکەمزانین نەکات و گۆشەگیرببێت. ئەگەر ویستی سود لەو بەزەییە وەربگرێت بۆ دەستکەوتنی هەر شتێك کە مافی خۆی نەبوو، بەهێمنی و زۆر بە زیرەکانە بەرگری ئەم ڕەفتارەی بکە

و شێوازێکی پەروەردەیی هاوسەنگی لەگەڵدا پەیڕەوبکە، نەهێنده لە پێویست نازی پێبدە نەئەوەندەش ڕەق و توند بە لەگەڵیدا، ئەم ڕێنماییەش ئەوە ناگەیەت بە شێوەیەك هەڵسوکەوتی لەگەڵ بکەن هەروەك منداڵێکی ساغ یان لەسەر ئەو بناغەیەی حاڵەتەکەی کاتییە، چونکە درك پێکردنی منداڵ و کەسانی چواردەوری بۆ واقیعی حاڵەتەکەی زۆر یارمەتی دەردەبێت لە باشترکردنی شێوازی ژیانی و ڕووبەڕووبوونەوەی بارە کەمئەندامییەکەی و گونجان لە گەڵیدا یان پێشکەوتنی بەرەو بارێکی باشتر، لەبەرئەوە لە گفت و گۆکردنی ڕاشکاوانە لەگەڵ پزیشکدا سەبارەت بە حاڵەتی منداڵەکەت ڕامەکە و خۆتی لێمەدزەرەوە لە ترسی ئەوەی هەندێك شتت پێ بڵێ کە توشی پەژارە و نائومێدیت بکات.

چونکە ئاشنا بوونی تەواو بە حاڵەتەکەی زۆر یارمەتیت ئەدات لەم قەیرانە تێپەڕێت و بەرنامەیەکی سەرکەوتووی بەهاوکاری پزیشکەکەی بۆ دابنێیت. لێرەدا پێویستە ئەوەشت بخەمەوە یاد بە شوێن ئامۆژگاری و قسەی هاوڕێ و دراوسێ و کەس و کاردا مەڕۆ و هەرکەسێك باسی دەرمانێکی بۆ کردیت خێرا لەسەر منداڵەکەت تاقیمەکەرەوە تەنها پەیڕەوی ڕێنماییەکانی پزیشکەکەی خۆی بکەو تەنانەت ئەگەر باسی چارەسەرێکی یان درەمانێکی زۆر باشیشیان بۆ کردیت دیسانەوە پرس بە پزیشك بکەو با پزیشکەکەی خۆی بڕیار لە سەر بەکارهێنانی هەر دەرمانێك بۆی باشە، بدات.

نە نازی پێبدە.. نە لەگەڵیدا توندبە

خێزانی منداڵی کەمئەندام هەندێك جار بەساتی وادا تێپەڕدەبێت هەست دەکات لە ژێر ئاودا هەناسە دەدات، دەناڵێنێت و هەست بە ئومێدیش دەکات، ئازار دەکێشێت و هیوابڕاو نابێت، ئەمە هەستێکی سروشتییە، تەنها پێویستە نەیەڵێ منداڵەکە خۆی هەستی پێ بکات و هەمیشە زیرەکانە ئیحای پێ بدەن کە ئەو لە زۆر کەسی دیکە باشترە و ژیان هێشتا لە جەوهەرەکەی بە تاڵ نەبۆتەوە، دەتوانێت شێوازێك بۆ گونجان لەگەڵ ئەم ژیانەدا هەڵبژێرێت. پێویستە باوك زۆر دڵی ژنەکەی ڕابگرێت چونکە لەم کاتانەدا دایکەکە بە حوکمی مامەڵەکردنی ڕۆژانەی لەگەڵ ئەو منداڵە کەمئەندامەدا و چاودێریکردنی سەرەڕای ئەرك و ماندووبوونی لەگەڵ ماڵ و خوشك و براکانی دیکەی منداڵەکە، زۆر ماندووە و باری دەروونی شەکەتە و زۆر جار بەساتی نائومێدی و پەژارە و خەمدا تێپەڕدەبێت، لەبەرئەوە باوك پێویستە ڕێز لەو هەموو وزەو کۆشش و توانایەی ئەو دایکە بگرێت و لەسەر هەموو شتێکی پچوك ئاژاوە نەنێتەوە و لەگەڵیدا توڕەیی خۆی هەڵنەڕێژێت، لەوکاتانەدا وباشە لە ماڵەوە دورکەوێتەوە ڕێگە لە ڕودانی هەر ئاژاوەو دەنگە دەنگێك بگرێت کە کاریکاتە سەر کەشی ئاسودەی ماڵەکە. تاکو هەموو ئەو شتانەی لەبیر بچێتەوە کە باری نەخۆشی منداڵەکەیی و ئەو بارانەی بیر دەهێنێتەوە کە بەهۆی نائەندامی منداڵەکەیەوە تووشی بوون. پێویستە پێکەوە هەست بەو ئازار و پەژارەیە بکەن نەك تەنها دایك و باوك، بەڵکو هەموو ئەندامانی خێزانەکە کە پێویستە ڕێنمایی بکرێن و ئامۆژگاری پێویستیان پێشکەش بکرێت سەبارەت بە چۆنێتی مامەڵەکردن و کەمکردنەوەی ئەرکی دایکەکە، پێویستە لە حەقیقەتی کەمئەندامی خوشکەکەیان یان براکەیان تێبگەن تاکو زیرەکانە و بە تواناوە ڕووبەڕووی هەڵوێستەکە ببنەوە، بەبێ هەستکردن بەبێزاری و زۆرە ملێ گوێی لێبگرن، لەگەڵیدا یاری بکەن بەو مەرجەی یارییەکان بەشێوەیەك نەبێت زۆر هەست بە شکستی و کەم توانایی خۆی بکات، یارمەتی بدەن گشت پێداویستییەکانی و کەلو پەلەکانی تایبەتی بەخۆی لە نزیکییەوە بێت تاکو بە داواکارییەکانی هەموو ساتێك بێزاریان نەکات. تۆش وەك دایکێکی میهرەبان و زیرەك چاودێری پەیوەندی نێوانیان بکەو دەست مەخەرە کاروباری شێوانیان تەنها لە کاتی پێداویستدا نەبێت، ئاگاداری ئەوە بە لایەنی منداڵە کەمئەندامەکەت نەگرێت ئەگەر لەسەر حەق نەبوو بەو بەهانەیەی ئەو لاوازترە، چونکە هەندێك لەم جۆرە منداڵانە کەمئەندامی و شکستییان دەکەنە هۆکار بۆ بەدیهێنانی گشت ئارەزوو داوایەکییان تەنانەت ئەگەر مافی خۆیشیان نەبوو، ڕێگەی پێمەدە ئەو شێوازە لە گەڵتا بەکاربێنێت و کۆنترۆڵی گەورە و پچوکی مامەڵە بکات بۆ ئەوەی لەگەڵ تێپەڕبوونی کاتدا بۆ کەسێکی خۆپەرست نەگۆڕێت کە دوورونزیك خۆی لێ دورە پەرێز بگرێت و هەموو ئەو بۆچوونەی لەسەر وەربگرن کە کەسێکی خۆپەرستەو ئازاریان دەدات، چونکە ئەگەر بەم شێوەیە بێت بە تێپەڕبوونی کات و کە گەورە بوو دەبینێت چواردەوری چۆڵە و هیچ خوشکێك یان برایەك یان هاوڕێیەك لە دەوری نامێنن و هەست بە تەنیایی دەکات، بە تایبەتی ئەو

(واتا منداڵە کەمئەندامەکەت) بەدرێژایی ساڵانی تەمەنی پێویستی بە سۆز و خۆشەویستی خوشک و براکانییەتی لەبەرئەوە هیچ کاتێک هەوڵی ئەوە مەدە هەر لە منداڵییەوە بەلای ئەودا لابدەیت چونکە خوشک و براکانی بەمە کاریگەر دەبن و ئەویش دەبێتە کەسێکی خۆپەرست و دڵڕەق کە کەس خۆشی ناوێت. هانی بدە پەیوەندی خۆشەویستی و برایانە لەگەڵ کەسانی دیکەدا ببەستێت، دەتوانیت بە منداڵانی خزم و کەس و کار و دراوسێ دەست پێبکەیت، ئەگەر لەم کارەدا سەرنەکەوتیت چەند جارێک هەوڵەکانت دووبارە بکەرەوە بە تایبەتی دەتوانی لەگەڵ ئەو منداڵانەدا کە هەمان نەخۆشی یان باری کەم ئەندامییان هەیە. متمانەت هەبێت ئەو لە نێو ئەو هاوڕێیانەیدا زیاتر خۆی دەبینێتەوە و ئاسانتر گوزارشت لە خۆی دەکات بەبێ ترس یان شەرم، سەبوری بەدڵیدا دێت و دەروونی ئاسودە دەبێت کاتێک لەوە تێدەگات ئەو بە تەنیا نییە لە ژیاندا بە دەست ئەو بارە کەمئەندامییەوە دەناڵێنێت و لەوانەیە زۆر ڕێبکەوێت ئەو لە هەندێکیان باشتر بێت بۆیە هەست دەکات باری کەمئەندامی ئەمیش خراپتر هەیە.

شکستیش جۆری هەیە

جۆرێک کەمئەندامی هەیە دەتوانرێت بە کرداری نەشتەرگەری ئەو ئەندامە باشتر بکرێت ئەگەر بە تەواوەتی چارەسەریش نەکرێت. جۆرێکی دیکە ئەو ئەندامە تووشبووە بەبێ جوڵە یان لە بارێکی دیاریکراودا وازی لێدەهێنرێت، جۆرێکی دیکە هەیە وا پێویست دەکات نەخۆش چەند جۆرێک ڕاهێنانی وەرزشی بکات بۆ یارمەتیدانی بەهێزکردن و نەرمکردنی ماسولکەکانی، لەوانەشە چارەسەرەکەی پێویستی بە شیلان یان چارەسەرکردن بە کارەبا هەبێت، ئەو نەخۆشانە لەو بارەیاندا زۆر بەرەو پێشەوە دەڕۆن بەڵام دەگەنە قۆناغێک چی دیکە باشبوونەکەیان بەرەو پێشەوە ناڕوات، ئەگەر پزیشکەکەی ئەم ڕاستییەی پێ ڕاگەیاندیت، ڕاوێژی ژمارەیەک پزیشکی پسپۆڕی دیکە وەربگرە ئەگەر هەمان ڕایان هەبوو، چی دیکە بەشوێن شتێکدا وێڵ مەبە کە بەدیهێنانی ئەستەم بێت، کاتێک پێت دەڵێن کەمنداڵەکەت ناتوانێت بەهیچ شێوەیەک بڕوات یان توانای ئەقڵی لەمە زیاتر بێت بێگومان حەقیقەتێکی تاڵە و هەست بە نائومێدی و پەژارە و خەم دەکەیت بەڵام لە کۆتاییدا تۆ هەر ئەو دایکە مەزنەیەت بەرگەی بەخێوکردنی ئەو منداڵە کەم ئەندامە دەگریت و دڵت بە سۆز و خۆشەویستی ئەو لێدەدات، هەوڵبدە بەسەر خەمەکاندا زاڵ ببیت و بێزاری نەتکرۆژێت بە تایبەتی لەبەردەم منداڵەکەتدا لێمەگەڕێ هەست بە ئازارەکانی تۆ بکات تاکو لە ڕووی دەروونیشەوە دوچاری شکستی نەبێت و بە تەواوەتی لە گونجان لەگەڵ بارەکەیدا فەشەل بێنێت، وەك دەزانیت شکستهێنانی دەروونی کاتێك بە قوڵایی ناخدا ڕۆدەچێت چارەسەرکردنی ئەستەم دەبێت تەنانەت ئەگەر نەخۆشەکە لە ڕووی جەستەییشەوە چاکبۆوە.

لەوانەیە بڵێیت چەند ئاسانە هەر وا ئامۆژگاری پەخش بکەیت و قسە بکەیت، ئەوەی دەستی لە ئاگردایە وەك ئەوە نییە دەستی لە ئاوی ساردایە، نەخێر وا نییە چونکە من

خۆم (مەبەست لە نوسەری بابەتەکەیە) بەم ئەزموونەدا لەگەڵ منداڵی خوشکێکمدا تێپەڕیوم، بە هەموو هەستێکمەوە سات بەسات لە گەڵیدا ژیاوم، ئێگا ئا ئازارەکانی‌دایکی و باوکی زۆر ئازاریان داوم لەوە تێگەیشتم هەستی کەسێك چۆن دەبێت کاتێك هەست بە نامۆیی دەکات و لە خەڵك و توانج و نیگاکانیان سڵ بکاتەوە و بۆ ژوورێکی تاریك ڕابکات و بە درێژایی چەندەها کاتژمێر تەسلیمی زیندە خەونەکانی خۆی بێت و و جیهانێك بۆ خۆی دروست بکات بەو پێوانەی خۆی دەیەوێت، جیهانێك پڕ لە پەیوەندی و کەمال و جوانییەی کە ئەو مرۆڤێکی ئاسایی لێی بێبەش بووە. بە چاوی خۆم دیومە چۆن لەناو ناخیدا هەستەکانی بێزاری و تاڵی نائومێدی بەسەر ڕوخسار و دەروونیدا ڕەنگ دەداتەوە، بەڵام ئەمە ئەوە ناگەیەنێت وازلە منداڵی کەمئەندام بێنین چۆنە وەك خۆی بمێنێتەوە و بەتەنها بە ئازارەکانییەوە بتلێتەوە، بەڵکو یارمەتی بدەین فێربێت هێندەی تواناکانی خۆی کاربکات و ئەندامەکانی بەکاربێنێت، ئەگەر دەستەکانی ساغ بوون و قاچەکانی دوچاری شکستی بوو بوون، پێویستە لێیگەڕێین خۆی نان و ئاوی خۆی بخوات و خۆی جلەکانی لەبەربکات. بەبێ یارمەتی کەس تەنها لەکاتی زۆر پێویستدا نەبێت، لە هەمان کاتدا هەوڵبدەین ئەو ئەندامانەی کە دوچاری شکست بوون بوون بەهێزییان بکەین و ماسولکەکانی نەرم بکەین بە مەرجێك لە ژێر چاودێری و ڕاوێژی پزیشکدا بێت. منداڵی کەمئەندام پێویستی بە ڕاوێژی ئەقڵ و خەیاڵی هەیە، بۆیە پێویستە کتێب و سەرچاوەی بە سودی لەبەردەستدا بێت و هەوڵ بدەین لە لیدوان و دەمە تەقێی بیناکەردا بەشداری بکەین و لە ڕێگەی خوێندنەوە و چالاکییەوە سەرقاڵی بکەین، لێنەگەڕێین ببێتە نێچیری دەستبەتاڵی و بیر لە خۆی و بارە کەمئەندامییەکەی بکاتەوە، بەڵکو پێویستە وای لێبکەین هەست بکات ئەندامێکی کاراو سود بەخشە بۆ چوار دەوری و کۆمەڵەکەی، دەتوانین داوای هەندێك یارمەتی لێبکەین تاکو هەست بکات ڕۆڵی لە خزمەتگوزارییەکانی خێزاندا هەیە و ئەویش وەك ئەندامەکانی دیکە لە توانایدایە خزمەتێك پێشکەش بکات، گرنگ ئەوەیە هەمیشە بیر لەوە بکەنەوە دەتوانێت چی بکات نەك بیر لەو کارانە بکەنەوە کە ناتوانێت بیکات. بۆ نمونە دەتوانین داوای لێبکەین ئەلبومی وێنەکان بەجوانی ڕێکبخات ئامرازەکانی سفرەو نانخواردن وشك بکاتەوە یان زەڵاتەت لەگەڵدا بکات، یارمەتی بدەن بۆ داهێنان، کۆمەڵێك قڵچە و بۆیەی بخەنە بەردەم با بەئارەزووی خۆی وێنە بکێشێت، ئارەزووی مۆزیکی لەناخدا گەشە پێبدەن، فێری بکە یادگارییەکانی ڕۆژانەی بنوسێتەوە ئەمە ڕێگەیەکی باشە بۆ دەرکردنی هەڵچوونەکانی. هەروەها دەتوانن ئارەزووی کۆکردنەوەی پوولی نامەبەری یان دراوە دەگمەنەکانی لەلا گەشە پێ بدەن، متمانەت بەهێزبێت بە دەیەها فرسەت لەبەردەمیدایە تاکو خۆی تیادا بدۆزێتەوەو داهێنان بکات، گرنگ ئەوەیە زیرەکانە ئاڕاستە بکرێت، بەشێوەیەك نابێت ئارەزووەکانی لە چواردەوری دابڕێت و کەسێکی گۆشەگیربێت تەنها لەگەڵ ئارەزووەکانیدا بژی، چونکە ئەو تەنهاییە کارێکی باش و خوازراو نییە، ئەگەر منداڵەکەت توشیشی بوو بوو پێویستە بەبێ ئەوەی خۆی هەستی پێبکات هەوڵی لەگەڵدا بدەیت تێکەڵاوی چواردەوری و هاوڕێکانی ببێت. لەوانەیە پرسیار بکەیت: چی بکەم ئەگەر یەکێك لەو منداڵانەی هاوڕێی یان دراوسێ یان منداڵی کەسوکار کە یاری لەگەڵ دەکەن و تێکەڵاوی دەبن وشەیەکی بریندارکەری لە دەم دەرچوو؟

لەوکاتەدا هەڵوێستم چۆن بێت؟ پێت دەڵێم ئەگەری ڕودانی ئەم بارە زۆرە، ئەگەر شتێکی لەو جۆرە ڕویدا هەوڵ بدا لە ڕووی ویژدانی و مەعنەوییەوە هاوبەشی بکەیت بەڵام نەك ڕوداوەکە بۆ کارەساتێکی خەماوی بگۆڕیت و وا لە منداڵەکە بکەیت زیاتر کاریگەر بێت بەڵکو بە پێچەوانەوە تۆ دەبێت کاریگەری ئەو وشەیە یان ئەو هەڵوێستەی لەسەر کەم بکەیتەوە. باسی ئەو چیرۆکە ڕاستەقینانەی بۆ بکە کە ئێستا بوونەتە مێژوو، باسی ئەو بلیمەتانەی بە شێوەیەك لە شێوەکان کەمئەندام بوون و بۆی باس بکە چۆن بەسەبرو هەوڵ و زانست و دان بەخۆدا گرتن توانیویانە بەسەر بارەکەیاندا زاڵ بین و ئەمرییان بۆ خۆیان تۆمارکردووە نەك تەنها لەنێو ئەندامانی خێزانەکەو کۆمەڵەکەی خۆیان بەڵکو لەنێو هەموو مرۆڤایەتیدا و لەسەر ئاسەری جیهاندا.

ئایا بڕوات بۆ خوێندنگە؟

بەڵێ، بۆچی نا؟ ئەگەر خوێندنگەیەکی نزیك لە ماڵەکەی خۆتان هەبوو، ڕۆیشتنی بۆ خوێندنگە هیچ قورساییەکی دروست نەکردو خوێندنگەکەش پۆلی تایبەتی بۆ حاڵەتەکانی

وەك ئەم لێبوو، ئەوا چوونی بۆ خوێندن زۆر باشترە لە نەچوونی. بەڵام ئەگەر باروودۆخەکەی یارمەتیدەر نەبوو کەمئەندامییەکەی زۆر دیار بوو بەشێوەیەك ڕووبەڕووی توانج و سەرنجی کەسانی نامۆ بۆوە، لەم کاتەدا بە دڵنیاییەوە باشترە مامۆستای لە ماڵەوە هەبێت و وانەی پێ بڵێت بۆ قەرەبووکردنەوەی نەحوانەوەیشی و مانەوەی لە ماڵەوە دەتوانێت هەفتانە گەشتی لەگەڵ هاوڕێ نزیك و خوشك و براکانی بۆ ڕێکبخەیت، ئینجا هاوبەشی یاری و هزر و چالاکییەکانیان بکات بەبێ ئەوەی خۆت دەست لە کارەکانی وەربدەیت بەو بەهانەیەی دەیپارێزیت.

هەمیشە وایلێبکە درك بەوە بکات ئەو هەرچەندە ناتوانێت لە شانۆگەرییەکدا ڕۆڵی پاڵەوانێتی ببینێت بەڵام لە توانایدایە بودجەکەی ڕێکبخات یان دیکۆرەکەی یان جل و بەرگەکەیان نەخشە بکێشێت و سەرپەرشتی بکات، متمانەت هەبێت لە ڕێگەی پەیڕەوکردنی ئەم شێوازە پەروەردەییەوە خۆی درك بەوە دەکات کە هەندێك شوێن لە ئەقڵ و دەرووندا هەن دەتوانێت پەی بۆ بەرێت بەبێ ئەوەی پێویستی بەوە بێت قاچەکانی یان دەستەکانی بجوڵێنێت و لەوە دڵنیابێت بە ئیرادە و کۆششی خۆی دەتوانێت بەسەر بارەکەیدا زاڵ بێت و بێتە ناوژیانەوە.

هەندێك بڕوایان وایە ئەو منداڵەی توشی ئیفلیجی مێشك بووە لەو کۆمەڵیە دادەنرێت کە بە ئەقڵ لاواز ناو دەبرێن، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە فێرکردنی ئەم جۆرە منداڵانە هیچ سودێك نابەخشێت لەکۆندا کەس و کار و ئەم منداڵانەیان لەبەرچاوی خەڵکی دور دەخستەوە هەروەك بڵێی عەیبەیەك بێت بۆسەرشانیان و پێویستە هیچ مرۆڤێك لە دەرەوەی خێزانەکەی خۆی نەیبینێت. بە داخەوە زۆرێك لەو خێزانانە ئەو منداڵانە دەبەنە دامەزراوەی تایبەتی و بەیەکجار لە ویژدانی خۆیان دوری دەخەنەوە، لەگەڵ ئەوەشدا کە ئێستا زانست پێشکەوتووە و توانیویەتی سروشتی ئەو نەخۆشییە ئاشکرا بکات و هۆکار و شێوازی زۆری بۆ فێرکردنی ئەم منداڵانە دۆزییەوەتەوە، فێریان دەکات چۆن بەڕێگەدا بڕۆن و قسەبکەن و بجوڵێن، بەشێوەیەك لە ئێستادا زۆر کەس بڕوای بەوە هێناوە ئەم بارە جۆرێکە لە نەخۆشییەکانی کۆئەندامی دەمار.

ئیفلیجی مێشکی لەڕێگەی بۆماوەوە ناگوێزرێتەوە بەڵکو لە 30٪ی حاڵەتەکان لە ئەنجامی کەشمیەکی هەڵە لە مێشکی منداڵەکەدا کە کۆرپەلە بووە، ڕوودەدات، یان لە ئەنجامی هەڵەیەکی کاتی لە دایکبوونەوە بە هۆی بەکارهێنانی هەندێك جۆر ئامرازی ئاڵۆز یان بەهۆی نەخۆشییەکەوە کە لە دوای چەند هەفتەیەك لە دایکبوونی توشی بووبێت، لەوانەشە تێکچوونی مێشك بەشێوەیەکی گشتگیر واتا هەموو مێشك بگرێتەوە یان بەشێوەیەکی بەشی لە چەند ناوچەیەکدا، ڕووبدات، بە تایبەتی لەوناوچانەدا کە پەیوەندییان بە توانای بیرکردنەوەوە، هەیە بەڵام لە 70٪ی ئەو حاڵەتانەی دیکەی ئەم بارە ئەو بەشەیان کە بەرپرسە لە بیرکردنەوە ساغەو زیانی پێنەکەوتووە، لەبەرئەوە کاتێك بە دەنگێکی ناخۆش قسەدەکات یان جوڵەی بێ مانا دەنوێنێت یان لیك بەدەمیدا دێتەخوارەوە ئەوە بەڵگەیە بۆ نەتوانینی کۆنترۆڵکردنی ماسولکەکانی و نابێت لە خۆمانەوە حوکمی ئەوەی بەسەردا بدەین زیرەکی کەمە یان هەر نییەتی، تەنها لەو کاتەدا نەبێت کە پزیشکەکان خۆیان بڕیاری لەسەر دەدەن.

مەیمونێك

پێش 13 ملیۆن ساڵ

سەرەتای کانونی دووەم زانایان لە ئیسپانیا ڕایانگەیاند، کە ئەوان پاشماوەی مەیمونێکیان دۆزیوەتەوە کە مێژووەکەی دەگەڕێتەوە بۆ 13 ملیۆن ساڵ بەر لەئێستا! زانایان دەڵێن بڕوامان وایە کە ئەو جۆرە مەیمونە هەمان ڕەگ و ڕیشەی مرۆڤەکان و مەیمونە گەورەکانی هەبێت لەناویاندا جۆرەکان (ئۆرانگۆتانگ- شەمپانزی- گۆریلاکان) ئەم دۆزینەوەیە بەشێکی دی لە درەختی خێزانی‌ی مرۆڤ زیاد دەکات و ئەو بۆشاییە زانستیەش لەسەر گەشەکردنی مرۆڤ پڕ دەکاتەوە...

V.O.A

محەمەد ڕەئوف محەمەد ئەمین

بیرۆکەی ئیشکردنی بلوتوس

پەیوەندیکردن لە نێوان دەزگا جیاوازەکاندا بەبێ وایەر

Bluetooth

بەرچقەی: دڵنیا عەبدوڵڵا
پسپۆڕی فیزیك

تەکنەلۆژیای پەیوەندیکردنی (بلوتوس) بێ تەل، خاسیەتێکی جیهانی‌یە بۆ گەیاندنی هەموو دەزگا هەڵگرەکان بەیەکترەوە وەك کۆمپیوتەر مۆبایل و کۆمپیوتەری گیرفان و دەزگاکانی بیستن و کامێرا

یجیتاڵەکان تا ئەم دەزگایانە بتوانن زانیاری و فایلەکان لە نێوان تۆڕەکانی ئینتەرنێتدا بەهۆی بێ تەلەکانەوە بگۆڕنەوە، تەکنەلۆژیای پەیوەندیکردنی بێتەل بلوتوس بەهۆی کۆمەڵە کەسێکەوە بەڕێ دەچێت و بایەخی پێدەدرێت کە پێیان دەڵێن Bluetooth specialinterest Group GIS زۆر ڕێگە هەن کە دەتوانرێت بەهۆیانەوە دەزگا ئەلکترۆنیەکان بەیەکەوە ببەسترێن وەك گەیاندنی کۆمپیوتەر بەبۆردی کلیلەکانەوە (Key bord) یان بە ماوسەوە یان بە چاپکەر (Printer)وە یان بە پێوەری ڕوناکیەوە. بەهۆی رایەرەکانی گەیاندنەوە، هەروەها دەتوانرێت یادەوەری کەسێتی ئەلکترۆنی بە دەزگای کۆمپیوتەرەوە بگەیەنرێت لە ڕێگەی رایەرە تایبەتیەکانەوە بۆ گۆڕینەوەی زانیاریەکان، هەروەها دەزگاکانی تەلەفزیۆن و ڤیدیۆ و سەتەلایت هەموویان بەیەکەوە دەگەیەنرێت بەهۆی کێبڵە تایبەتیەکانەوە کە دەتوانرێت بەهۆی دەزگای کۆنترۆڵەوە کاری پێبکرێت کە لە بواری تیشکی ژێر سورداکار دەکات بەڵام دەزگای تەلەفۆنی هاتووچۆکەر لە ڕێگەی شەپۆلە ڕادیۆیەکانەوە بە بنکەکەیەوە گەیەنراوە لە ماوەیەکی دیاریکراودا کە دەگاتە 50م کار دەکات، و دەزگای

ستریۆ لە ڕێگەی وایەرەکانی گەیاندنەوە بە دەنگ دەرەکانەوە دەگەیەنرێت.

ئەو دەزگایانەی کە باسمان کردن و زۆربەی دیکەش لە هەموو ماڵێکدا هەن و پێیان دەوترێت دەزگا ئەلکترۆنیەکان، تا ئەمڕۆش دەزگاکان لە ڕێگەی وایەرەکانی گەیاندنەوە بەیەکەوە دەبەسترێت، هەندێك جار گەیاندنی ئەم دەزگایانە بە دەنگ دەرەکانەوە دەگەیەنرێت.

ئەو دەزگایانەی کە باسمانکردن و زۆربەی دیکەش لە هەموو ماڵێکدا هەن و پێیان دەوترێت دەزگا ئەلکترۆنیەکان، تا ئەمڕۆش دەزگاکان لە ڕێگەی وایەرەکانی گەیاندنەوە بە یەکەوە دەبەسترێن، هەندێك جار گەیاندنی ئەم دەزگایانە دەبنە هۆی شێواندنی دیمەنی جوانی و تێکدانی، لەبەرئەوە هەندێکجار مرۆڤ وامەست دەکات کە پێویستە پسپۆڕی ئەندازیاری بخوێنێت بۆئەوەی خۆی بتوانێت ئەم دەزگایانە ڕێك بخات و زۆرترین سودیان لێ وەربگرێت، ئەم باسە ڕونکردنەوەیەکی فیزیایی تێدایە کە ڕونکردنەوەیەکی سادەی تەکنەلۆژیای نوێیە و بە بلوتوس ناسراوە، ئەم تەکنەلۆژیایە لە هەموو سەریەشە و هیلاکیەك ڕزگارمان دەکات کە لەم باسەدا ڕونیان دەکەینەوە و هەروەها باسی گەیاندنی زۆر لە دەزگاکان بەیەکتریەوە دەکەین کە ڕۆژێك لە ڕۆژان بە خەیاڵماندا نەدەهات.

ڕونکردنەوەی گیروگرفتی پەیوەندیکردنی نێوان دەزگاکان:

پەیوەندیکردنی نێوان دوو دەزگای ئەلکترۆنی لەگەڵ یەکتردا پێویستی بە ڕێکەوتن هەیە لە چەند خاڵێکدا، ئەو خاڵانەش ئەمانەن:

1-ژمارەی وایەرە پێویستەکان بۆگەیاندنی ئەو دوو دەزگایە چەندە؟

لە هەندێك کاتدا تەنها دوو وایەرە وەك گەیاندنی ستریۆیە دەنگدەرەکانەوە و هەندێك جاریش ئەم کارە پێویستی بە 8 وایەر یان 25 وایەرە وەك ئەو وایەرە گەیەنەرانەی لە کۆمپیوتەر و دەزگا لاوەکیەکانی دابەکاردێن.

2-جۆری گەیاندنە بەکارهاتووەکەی نێوان ئەم دەزگایانە چیە بۆ گۆڕینەوەی زانیاریەکان؟ ئایا دوای یەك بەستراون یان هاوڕێك بەستراوە؟ بۆ نموونە کۆمپیوتەر دوو ڕێگە بەکاردەهێنێت بۆ پەیوەندیکردن کە لەڕێگەی ئەو دەرچانەی لە bord mother دا جێگیرکراون چاپکەرەکە لەگەڵ کۆمپیوتەرەکەدا بەهاوڕێکی دەبەسترێن بەڵام Key bord مودم لەگەڵ کۆمپیوتەرەکەدا دوای یەك دەبەسترێن.

3-جۆری زانیاریە گۆڕاوەکانی نێوان دەزگاکان چییە چۆن وەردەگێڕێن بۆ ئاماژە تایبەتیەکان و دەزگاکان چۆن وەڵامیان دەدەنەوە؟ ئەمانەش بە پرۆتۆکۆل protocol ناسراون، ئەم پرۆتۆکۆلانەش لەلایەن هەردوو کۆمپانیا دروست کەرەکانەوە بەکاردێت، بۆ نموونە دەتوانرێت دەزگای ڤیدیۆ لە جۆری Sony بە دەزگای تەلەفزیۆن لە جۆری Jvc وە ببەسترێت، چونکە پرۆتۆکۆلە بەکارهاتوەکان بۆ گۆڕینەوەی زانیاریەکان لەوەو پێش یەکخراون، ئەم خاڵانەش کە بەرهەم هێنەرەکان (کۆمپانیاکانی دروست کردنی دەزگا ئەلکترۆنیەکان) بەکاریان هێناون وای کردووە کە کۆنتڕۆڵ کردنی بڕی پارچە بەکارهاتوەکان کارلێکی گران بێت هەتا گەرێتو وایەرە ڕەنگاو ڕەنگەکانیش بەکاربهێنین بۆ جیاکردنەوەیان لە یەکتری، هەروەها ناتوانین هەموو دەزگا ئەلکترۆنیەکان پێکەوە ببەستیت وەك بەستنی کۆمپیوتەر و پاشکۆکانی و هەروەها دەزگاکانی گەیاندن و حەواندنەوەی ناوماڵ چونکە ئەمانە هەموو پێویستیان بە ئامادەکردنی پرۆتۆکۆلی نوێ و وایەری زیاتر دەبێت.

***بیرۆکەی پەیوەندیکردنی بێ تەل (بلوتوس) Bluetooth**

بلوتوس تەکنەلۆژیایەکی نوێی پێشکەوتوە کە دەتوانێت دەزگا ئەلکترۆنیەکانی وەك کۆمپیوتەر و مۆبایل و Key bord و دەنگ دەرەکانی سەر بەیەکەوە بگەیەنێت و هەروەها داتا و زانیاریەکان بەبێ وایەر و کێبڵەکان و بەبێ ئەوەی بەکارهێنەر بەشداری تێدا بکات بگۆڕێتەوە زیاد لە 1000 کۆمپانیای جیهانی بەشداریان لە کۆمەڵەی بایەخ پێدانی تایبەت بە بلوتوس.

Bluetooth specialinterest Groupدا کرد. کە بە کورتی پێی دەڵێن SIG بۆ ئەوەی ئەم تەکنەلۆژیایە جێی گەیاندن بەهۆی وایەرەوە بگرێتەوە.

جیاوازی نێوان بلوتوس و پەیوەندیکردنی بێ تەلی چییە؟!

بێ گومان پەیوەندیکردنی بێتەل لە زۆربەی جێبەجێکردنەکانی وەك گەیاندن لە ڕێگەی بەکارهێنانی تیشکی ژێرسوردا بەکاردێت ئەویش تیشکێکە بەچاو

نابینرێت و بەتیشکی ژێرسور ناسراوە چونکە لەرەلەرەکەی لە لەرلەری تیشکی سور کەمترە.

تیشکی ژێرسور لە دەزگای کۆنترۆڵ لە تەلەفزیۆندا بەکاردێت کە بەناوی Infrared Data Association ناسراوە و کورتکراوەکەی IrDa، هەروەها لە زۆربەی دەزگا لاوەکییەکانی کۆمپیوتەردا بەکاردێت، لەگەڵ ئەوەشدا کە ئەم دەزگایانە پشت بە تیشکەکانی ژێرسور دەبەستن کەچی دووگیروگرفتیان هەیە:

1-گیروگرفتی یەکەم: تەکنەلۆژیای بەکارهاتوو لە تیشکی ژێر سوردا تەنها لە بواری بینراو line of sight دا کار دەکات، واتە پێویستە کۆنترۆڵەکە راستەوخۆ بەرامبەر تەلەفزیۆنەکە بگیرێت بۆ ئەوەی کۆنترۆڵ بکرێت.

2-گیروگرفتی دووەم: تەکنەلۆژیای بەکارهاتوو لە تیشکی ژێرسوردا تەکنەلۆژیای یەک بۆیەکە one to one واتە دەتوانرێت زانیاریەکان تەنها لە نێوان دوو دەزگادا بگۆڕدرێتەوە، بۆ نمونە دەتوانرێت زانیاریەکان لە نێوان کۆمپیوتەر و دەزگای کۆمپیوتەری هەڵگردا بەهۆی تیشکی ژێر سورەوە بگۆڕدرێتەوە بەلام ناتوانرێت زانیاریەکان لە نێوان کۆمپیوتەر و مۆبایلدا بگۆڕدرێتەوە.

تەکنەلۆژیای بلوتوس هاتە کایەوە بۆ ئەوەی زاڵ بێت بەسەر ئەو دوو گیروگرفتەدا کە باسکران، زۆر لە کۆمپانیاکانی وەك Ericsson, Toshiba, Motorola, Intel, Siemens ئەو خاسیەتە تایبەتیانەیان پەرەپێدرا کە لە بۆردێکی بچوك radio module دا جێگیرکراوە و ئەم بۆردەش لە دەزگاکانی کۆمپیوتەر و تەلەفۆن و دەزگا دڵ فریوێنە ئەلکترۆنیەکاندا جێگیر کراوە بۆ ئەوەی ئەم دەزگایانەش ببنە پاڵپشت بۆ تەکنەلۆژیای بلوتوس، کە بەم شێوەی خوارەوە سود لە خاسیەتەکانی وەردەگیرێت:

*دەزگا بێ وایەرەکان: ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی کە گواستنەوە و رێکخستنی دەزگاکان لە گشت و لە ماڵدا ئاسان و بێ کێشەبن.

*پارەیەکی زۆری تێناچێت بە بەراوردکردنی لەگەڵ دەزگاکانی ئێستادا.

*کارپێکردنی ئاسانە: دەتوانرێت دەزگاکان بەیەکترەوە بگەیەنرێن بەبێ ئەوەی بەکارهێنەرانی بەشداری تێدابکەن، تەنها ئەوەندە نەبێت کەدەست دەنێن بە دوگمەی داگیرساندندا ئەوەی دەمێنێتەوە بۆ بلوتوس بەجێ دەهێڵرێت کە لە رێگەی مۆدیلەوە لەگەڵ ئەو دەزگایەدا کەمەبەستە پەیوەندی دەکات وەك گۆڕینەوەی فایلەکان بە هەموو شێوەکانیانە و لە نێوان دەزگا ئەلکترۆنیەکاندا.

رێگەی پەیوەندیکردنی بلوتوس بە لەرلەری 2.45 گیگا هێرتز کاردەکات، ئەم لەرلەرەش لە دەزگا پزیشکی و دەزگا زانستی و پیشەسازییەکاندا بەکاردێت کە ئەمەش وادەکات بڵاوبونەوەی بەکارهێنانی ئاسان بێت، بۆ نموونە دەتوانین دەرگای گەراج لەرێگەی تیشکی ژێر سورەوە بکەینەوە کە دەزگایەکی تایبەتی ئەم تیشکە دەردەکات، بەڵام بە بەکارهێنانی بلوتوس دەتوانین گەراج بەهۆی مۆبایلەوە بکەینەوە.

چی دەربارەی ئەو تێکچونەی لە ئە نجامی بەیەکداچونی نێوان ئاماژە گۆڕاوەکانەوە پەیدا دەبێت؟!

لەوانەیە خوێنەر پرسیار لەوەبکات کە ئایا دەزگاکان دەتوانن زانیاری و داتاکان بگۆڕنەوە بەهۆی ئاماژەکانی رادیۆوە کە لەرلەری 2.45 گیگا هێرتزدا کاردەکەن.

ئەی چی دەبارەی ئەو بەیەکدا چونانەی کە دەبنە هۆی ئەو تێکچونەی لەسەر شاشەی تەلەفزیۆن دەبینرێت کاتێك کە لەگەڵ ئاماژە بێتەلەکاندا تێکەڵ دەبن.

گیروگرفتی بەیەکداچون بە رێگایەکی باش چارەسەرکرا چونکە ئاماژەی بلوتوس لاوازە و یەك میلی وات دەبێت بە بەراوردکردنی لەگەڵ ئاماژەکانی دەزگای مۆبایلدا کە دەگاتە 3 وات، ئەم لاوازیە لە ئاماژەکاندا.رادەی کاریگەری ئاماژەکانی بلوتوس دەخاتە سنوری بازنەیەکەوە کە تیرەکەی 10 مەترە، و ئەم ئاماژانە دەتوانن دیواری ژورد ببڕن ئەمەش وا دەکات کە بتوانرێت ئەو دەزگایانە لە ژورێکی ترەوە کۆنترۆڵ بکرێن بەبێ ئەوەی راستەوخۆ بچینە بەردەمی ئەو دەزگایانەی کە مەبەستمانە ئیشیان پێبکەین.

لەوانەیە لەکاتی بونی چەند دەزگایەکی ئەلکترۆنی لە ژورێکدا بەیەکدا چوون روویدات، چونکە وەك باسمان کرد و وتمان رادەی کاریگەری بلوتوس لە سنوری 10 مەتردا دەبێت کە لە روبەری ژورەکە گەورەترە؛ بەڵام ئەم ئەگەریە روو نادات چونکە سرپینەوەیەکی بەردەوام بۆ بواری لەرە لەرەکانی

ئامـاژەی بلوتـوس هەیـە کـە بـە Spread- spectrum frequency hopping ناسراوە و بـواری تایبـەت کـراو بـۆ لەرلەرەکانی بلوتوس لە نێوان 2.40 –2.48 کیگا هێرتزدایە و ئەم سرپینەوەیەش بە تێکڕای 1600 جارە لە چرکەیـەکدا، ئەمەش وادەکات کە دەزگا نێرەرەکە لەرلەرە تایبەتیەکانی وەك 2.41 کیگا هێرتز بەکاربێنێت بۆ گۆڕینەوەی زانیاریەکان لەگەڵ دەزگایەکی دیدا، لە کاتێکدا کە دوو دەزگای دیکە لە هـەمان ژووردا لەرلـەرێکی دیکـەی وەك 2.44 کیگـا هـێرتز بەکاردێنن کە دەزگا بەشێوەیەکی خۆیـی و هەرەمـەکی ئـەو لەرەرانە هـەڵدەبژێرێت و نـاهێڵێت بەیـەکداچون لـە نێـوان دەزگاکـاندا ڕوبـدات، چونکـە لـەدوو دەزگـا زیـاتر هـەمان لەرلـەر لە هـەمانکاتدا بـەکارناهێنن، ئەگـەر بەیـەکداچونیش ڕوبدات ئەوا لە بەشە چرکەیەك زیاتر ناخایەنێت.

*ماڵەکەت پاڵپشتی بلوتوس دەکات

با وای دابنێین کە تۆ ماڵێکی هارچەرخت هەیە دەزگاکانی نـاوی بـە تەکنـەلۆژیای بلوتـوس کاردەکـەن وەك دەزگـا ی تەلـەفزیۆن و وەرگـر (سـیفەر) و دەزگـای DVD و دەزگـای ستریۆی دەنگدەری و کۆمپیوتەر و مۆبایل کە ئەم دەزگایانە هـەموو بلوتـوس بـەکاردێنن، ئایـا ئـەو دەزگایانـە چـۆن کاردەکەن؟

کـاتێك دەزگاکـان بەتەکنـەلۆژیای بلوتـوس ئامـادەکراون دەتوانن بزانن چیان لێ داواکراوە بەبێ ئەوەی بەکارهێنەرانی بەشداری تێدابکەن، چونکە ئەم دەزگایانە دەتوانن پەیوەندی لە نێوانیاندا بکەن و بزانن کە ئایا داوایان لێکراوە داتاکانی وەك داتای پۆستە ئەلکترۆنیەکان لـە دەزگـای مۆبایلـەوە بـۆ کۆمپیوتـەر بگوێزنەوە یان کۆنترۆڵی دەزگاکانی دیکە بکـەن وەك کۆنترۆلکردنی ستریۆ بە دەنگ دەرەکانیەوە کە تۆڕێکی پەیوەندی بچووك لـە نێـوان دەزگـا و پاشکۆکانیدا دروست دەبێت پێی دەوترێـت تـۆڕی کەسـێتی Personal –area network و کورتکراوەکەی PANە یان پێ دەوترێت بیکونت piconet و هـەر تۆڕێـك لـەو لەرەلەرانـە بـەکاردێنێت کـە بوارەکەی لە 2.48 کیگا هێرتزدایە.

بـۆ نموونـە دەزگـای مۆبـایل و بنکەکـەی، کۆمپانیـای دروسـت کـەری ئـەم دەزگایـە دوو پەڕەکـەی لـە بلوتـوس لـە هەریەکەیاندا داناوە و هەر یەکەیەك بەناونیشـان addressی تایبەتی پرۆگرام کراوە کە دەکەوێتە بواری تایبـەت کراو بۆ ئـەم جـۆرە دەزگایانـە، لـە کـاتی ئیـش پێکردنـی بنکەکـەیدا ئاماژەی ڕادیۆ بۆ ئـەو دەزگـا وەرگـرە دەنێرێت کـە هـەمان ناونیشـانی هـەڵگرتووە، لەبەرئـەوەش مۆبایلەکـە هـەمان ناونیشـانی داواکـراو هـەڵدەگرێت ئـەوا وەڵامـی ئامـاژە نێردراوەکە دەداتەوەو تۆڕی (بیکوت) لە نێوانیاندا دروست دەکات، لەم کاتەدا ئەو دوو دەزگایە وەڵامی هیچ لە ئاماژەی دەزگاکـانی دەوروپشتیان نادەنـەوە چونکە ئـەو دەزگایانـە لەدەرەوەی ئەو تۆڕەدان.

هـەروەها بەهـەمان شـێوە بـۆ کۆمپیوتـەر و دەزگـا دڵ فڕیوێنـە ئەلکترۆنیەکان کە بەهـەمان شێواز کاردەکەن و ئـەو تۆڕانە دروست دەکەن کە دەزگاکان بەوانی دیکە دەبەستنەوە بـەپێی ئـەو ناونیشـانانەی لەلایـەن کۆمپانیـا دروسـت کەرەکانیەوە دانراون.

لەوکاتـەدا ئـەم دەزگایانـە بەردەوام دەبن و دەچنـە ڕیـزی تۆڕە تایبەتیەکانەوە و زانیاریەکان لە نێوانیاندا دەگۆڕنەوە بە بەکارهێنانی ئەو لەرەلەرانەی کە هەن و دەزگاکانی تۆڕەکـە لەگەڵ دەزگاکانی دەوروبەریدا بەیەکدا ناچن و تێکەڵ نـابن چونکـە هەریەکـەیان بـە لەرلـەرێکی جیـاواز کاردەکـەن پەڕەکانی بلوتوس بە هەموو ئەو زانیاریانە پڕۆگرام کراون کە پێویستن بۆ ئیش پێکردنیان و هەروەها جێبەجێکردنی ئەو کـارەی لێیـان داواکـراوە بـەبێ بەشـداری کردنـی بەکارهێنەرانیان.

بۆچی ئەم تەکنەلۆژیایە ناونرا بلوتوس؟

ئەم ناولێنانـە دەگەڕێتـەوە بـۆ پاشـای دانیمـارك هـارولد بلوتوس Harald Bluetooth کە دانیمارك و نەرویجی کـرد بەیەك و ئایینی مەسیحی هێنایە ناویانەوە لە ساڵی 986 لە جـەنگێك لەگـەڵ کوڕەکـەیدا کـوژرا، ئـەم نـاوە بـۆ ئـەم تەکنەلۆژیایە لەبەرگرنگی کۆمپانیاکان لە دانیمارك و نەرویج و سوید و فنلەندا هەڵبژێرا بـۆ پیشەسازی پەیوەندیکردن، لەگەڵ ئەوەی کە ئەم ناولێنانە هیچ پەیوەندیەکی بەناوەرۆکی تەکنەلۆژیاکەوە نییە.

سەرچاوە:

الاتصال بین الاجهزە المختلفە بدون اسلاك

فکرە عمل البلوتوس Bluetaooth

لێك تێگەیشتنی ژن و مێرد لەم سەردەمەدا

دانا محەمەد

زۆربەی ئەو ژن و مێردانەی یەکترییان خۆش دەوێت، و لەناخی دڵیانەوە دیانەوێت بەردەوامی بەو هاوسەرێتیە بدەن، بە دەست تەنهاییەکی نامۆوە دەناڵێن:

چونکە ناتوانن دەربڕین لەو خۆشەویستییە بکەن، بە دەست نەبوونی ووشە یا هۆکارێکەوە گیردەخۆن بۆ ئەوەی هەست و نەست و ئارەزوو پێداویستییەکان و شکستی هیواکان و ترسەکانیانی پێ دەربخەن. ئەوان دەترسن لەو جەربازییەدا کەسەکەی هاوسەریان بریندار بکەن و پەیوەندییەکەیان لاواز بێت. و ئەگەر پێویستیان بە یەکتر بەهۆی هۆکاری سێکسەوە بێت، ئەوا سەلمینەوە- وەك هەستێکی ناخۆشی پاڵیان پێوە دەنێت کە شەرم بکەن و نەتوانن ئەو خۆشەویستیە بە تەواوی دەربخەن.

لەم بارەیەوە دکتۆرە ماری کالدیرون پسپۆڕی پەروەردەی سێکسی دەڵێت: هونەری بەشداری هەستەکان و خۆ دەرخستن بەرامبەر کەسانی دیمان لە کیس چوە، و ترسمان لە کەسانی دیکە کەشێکی دوژمنکارانەی ئاڵوگۆڕی بۆیەکتری تێدا خولقاندوین، وامان لێ دەکات ئەم دەرخستنە دەرنەبڕین، ئێمە لە کۆمەڵێك دا دەژین لە ڕاستیدا کەسەکانی نازانن چۆن لەسەر بنچینەی ئەم ناخە لە یەکتری بگەن، دەتوانرێت ترسەکە بەهۆی قسەی ئاشکراوە بڕەوێنرێتەوە، یا تەنانەت قسەی بە هێماش دەربارەی هەست و پێویستیەکانی سێکسی، بەوشێوەیەی کە خەڵك لە هەڵوێستە کۆمەڵایەتیەکاندا ڕەفتاری پێ دەکەن بکرێت.

لە زۆربەی شتەکاندا ئێمە ناتوانین بەرامبەر بە خەڵکی ئەوەی بە تەواوی لە دڵماندایە دەری بخەین بەڵام ئێمە دەتوانین باسی ئاینگە و بیر و باوەڕەکانمان بکەین. و شەڕیشیان لەسەر دەکەین و یەکتری دەکوژین، بەڵام ناتوانین هەستەکانی ناو ناخی خۆمان دەربخەین، ئێمە ناتوانین ناخمان لەبەردەم خەڵکیدا ئاوەڵا بکەین لەگەڵ ئەوەی ژن و مێردیش بەزۆری و بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ باس لە زۆربەی شتەکانی خۆیان دەکەن، بەڵام وابوە بەباو کە نەتوانن

هەستەکانی ناوەوەی خۆیان بەرامبەر بە سێکس بۆ یەکتری دەربخەن و ئەمەش هەر لە منداڵییەوە تیایاندا ڕواوە.

با چیرۆکی ئەم پیاوە وەربگرین، دێتەوەماڵەوە پاش ڕۆژێکی درێژ لە کارکردن، زۆر هیلاکە، جلەکانی دادەکەنێت و بەژنەکەی دەڵێت: خورینێکی زۆر لە سەری پەنجەکاندایە، یاریمەتیم بدە. با ئەوە خورەکە نامێڵێت.. ئەمە چەندە باشە بەڵام ئەم پیاوە بەپێی گێڕانەوەکەی دکتۆرە کالدیرون، هەست بە جۆرە ترسێك دەکات کە سواری ملی دەبێت، چونکە دوو دڵە لەوەی ئاماژەیەك بۆ ژنەکەی بکات، بە وشەیەك بێت یا بە چەند ووشەیەك، کە چۆن یاری لە گەڵدا بکات. بە هەمان شێوەش ژنەکە توشی ئیحراج نابێت کاتێك کە سەری دەیەشێت داوا لە مێردەکەی دەکات کە ملی بشێلێت، یا بڕوات حەپی سەریەشەی بۆ بکڕێت، بەڵام دەترسێت داوای لێ بکات شێوەی کارە سێکسیەکەی لە گەڵدا بگۆڕێت، یا ماوەکەی لەگەڵدا درێژ بکاتەوە، چونکە ئەو داوانەکردنەی (بەپێی ڕای خۆی) لاپەسەندە.

بەڵام ئێمە ئەم ڕەفتارە بۆ بە پەسەند بزانین؟

بەپێی ڕای دکتۆرە کالدیرون زۆربەی کتێبە سێکسیەکان باس لە هۆکارە سێکسیەکان دەکەن و جەختیان لە سەر دەکەنەوە لە بریتی ئەوەی جەخت لەسەر پەیوەندیە مرۆییەکان بکەن، زۆربەیان باس لەوە دەکەن کە بارودۆخ گونجاو دەبێت هەمیشە پیاو ئامادەباشی کارەکەی تیادایە، بەڵام باس لەوەناکەن کە لە هەموی گرنگتر ئەوەیە چۆن ژن ئەو ئامادەباشیەی تێدا دەبێت.

هەر لەبەرئەوە زۆربەی ژنان وا چۆتە مێشکیانەوە کە هەرچۆنێك بێت خۆیان گرنگ نین، گرنگ ئەوەیە چۆن ئەو سۆزو ئامادەباشیەی مێرد لەو کاتەدا دامرکێننەوە و کارە سێکسیەکەی لەگەڵدا ئەنجام بدەن و ئیتر خۆیان هیچ.

گرنگ ئەوەیە پێیان ئەوترێت (سێکس سارد) یا دەترسن ئەگەر شتێك لەو بارەیەوە بڵێن وەك ئەوەی داوای درێژ کردنەوەی کارە سێکسیەکە بکەن تاوانبار بکرێن بەوەی زۆر سێکسین (جۆی ئاماژەیە هەردوو زاراوەی سێکس ساردی و

سێکسی دوو وشەی دروستکراون، چونکە مرۆڤەکان بە پێی توانا و ئارەزووەکانیان جیاوازن).

ژن ناتوانێت چێشتێکی باش ئامادەبکات، بێ ئەوەی ئەرکێکی باشی لەگەڵدا بتوێنێت، چونکە ئەو دەزانێت ئامادەکردنی خۆراک و تێکەڵکردنی توخمەکانی پێکەوە کارێکی ئاسان نیە، لەبەر ئەوەی پەیداکردنی تامێکی خۆش بۆ خواردنەکە، مەبەستی سەرەکی ئەرکەکەیەتی بۆیە ژن و مێردەکە ساتێک ناوەستن لەداواکردنی قاپێکی زیادە ئەگەر خۆش بوو، و لە کارە سێکسیەکەشدا پێویستە هەر وابێت

پچڕانی پەیوەندی

پچڕانی پەیوەندی لەسەر هەموو ئاستەکان لە کۆمەڵدا بڵاوە، لە نێوان کرێکار و خاوەن کاردا، لە نێوان سیاسیەکان و مەڵبەژێرەکاندا، لە نێوان کورو و باوکدا، تەنانەت لە نێوان پزیشك و نەخۆشیشدا، بەڵام ئەم پچڕاندنە لە پەیوەندی دا پڕ لە ئازار و ژان و زیانە بەشێوەیەکی تایبەتی لە هاوسەرێتیدا، نەبوونی کرانەوە و گۆڕینەوەی بەخشین لەکاتی خۆشەویستی و سێکس دا، دەگەڕێتەوە بۆ کاتی منداڵی، کاتێك مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵدا بەپێی توخمەکەی دەگۆڕا، ئەو گۆڕانانەی کە باوك و دایك و کەسانی دی لێی بەرپرسیارن.

لە زۆربەی کاتدا منداڵان، کوڕ یا کچ دەکەونە ژێر سزادانەوە، ئەگەر کە سوکاریان بیانبینیایە یاری بە ئەندامەکانی زاوزێیان دەکەن، کالدیرون دەڵێت هەر لە منداڵیەوە کوڕ فێری ئەوە دەکرێت کە پشت بە خۆی ببەستێت و نەرمی پیشان نەدات چونکە نەرمی لە پیاوەتی کەم دەکاتەوە، بەو واتایەی کە دەبێت کوڕ هەموو هەستێکی نەرمی و سۆز و بەزەیی تیادا بخنکێت، بە پێچەوانەوە دەبێت ژنەکەی هەموو ئەو سۆز و بەزەیی. ژن چۆن دەتوانێت هەستی پێویستی خۆی بۆپیاوەکەی دەرببڕێت؟

نەرمییەی لە پیاوەتی مێردەکەی کەم دەکەنەوە لەودا هەبێت.

چۆن ئەم جیاوازییە لە پەروەردەکردندا لەدواییدا لە کارە سێکسییەکەدا ڕەنگ دەداتەوە؟

دکتۆرە کالدیرون دەڵێت: (ژن لە هەموو ئەو پەیوەندیانەی لەگەڵ کەسانی دیدا هەیەتی، زۆر هەستدارە، و زۆر لێکدانەوە بۆ هەموو وشەیەك یا دەستەواژەیەك دەکات کە دەیانبیستێت، بەهەمان شێوەش لەگەڵ مێردەکەیدا، ئەو لە کارە سێکسیەکەدا چاوەڕێی ئاماژەی مێردەکەیەتی، خۆی ناتوانێت ئەو ئاماژەیە بکات)

لە تەمەنی 30–40دا جۆرێك لە وەڕسی و دورکەوتنەوە باڵ بەسەر پەیوەندیە سێکسی‌یەکەیاندا دەهێنێت، لە تەمەنی 40 بە دواوە زۆر گرانە بۆ ژن بتوانێت داوای سێکس بکات چونکە ئەو لەو تەمەنەدا ئارەزوی سێکس ناکات لەبەرئەوەی سێکسە بەڵکو دەیەوێت لە ڕێگای سێکسەوە خۆشەویستی خۆی بۆ مێردەکەی بسەلمێنێتەوە و لەوە چێژ وەردەگرێت، بەڵام پیاو سێکس وەك خۆی حەز لێ دەکات و زۆر کەم لەو ساتانەدا بە ژنەکەی دەڵێت: "تۆم خۆش دەوێت زۆر پێویستم پێتە" دکتۆرە کالدیرون لەم بارەیەشەوە دەڵێت:

(ژن کەشێکی زۆر جوان دەکات بە بەر سێکس دا، ئەوە دەربڕینی خۆیەتی بۆ پەیوەندییەکە بە هەموو ئەو مانایانەی بۆی هەیە، چونکە لەو تەمەنانەدا پیاو ئارەزووەکانی جارانی بۆی نەماوە، ژنیش ئەوە بە بەڵگەیەك تێ دەگات لە بەڵگەکانی فەرامۆشکردنی وەك مرۆڤ، ئەوەش بێ گومان دەبێتە هۆی بەرئەنجامێکی ناخۆش.

کالدیرۆن دەڵێت: پێویستە ژن بە تەواوی ئارەزووەکانی خۆی دەربخات، نەك بەشێوەیەکی لۆژیکی، بەڵکو ئەوەی ژن پێویستییەتی ئەوەیە کە بە ئەوپەڕی ئاشکراییەوە ئارەزووەکانی دەربخات، گەلێك شت هەیە کە پیاو هەڵەی تێدا دەکات، یا فەرامۆشیان دەکات لە کاتی سێکس کردندا، لەگەڵ ئەوەشدا هەستێکی پڕچێژی پێ دەبەخشێت وەك پیاو، ئەی کەواتە بۆ ژن نەتوانێت لەوکاتانەدا پێی بڵێت: "دوبارەی بکەرەوە، لێرەدا، ئەوە چەند باشە..."ژن پێویستی بەوەنیە کە شوشەیەك شەرابی سور بە تەنیشت جێگای مێردەکەیەوە دابنێت بۆ زیاتر گڕگرتنی سۆزی مێردەکەی، هەروەها پێویستی بە قاڵبە سەموڵیش نیە بۆ ئەوەی سۆزەکانی بەروژێنێت هەروەك گۆرانیە ئینگلیزییەکە دەڵێت: (بەنجەی سارد بەسەر پشتمدا دەڕوات) چونکە ئەو دەتوانێت ئارەزووەکانی خۆی و مێردەکەی بەبێ ترس و شەرم زۆر بە ساکاری و سروشتیەوە بەرەڵا بکات تەنها لە ڕێگای چەند وشەیەکی پێویستەوە لەو کاتانەدا. زۆر پێویستە پیاو بە ژنەکەی بڵێت جوانە، جوانیەکەی سەرنجی ڕادەکێشێت،

تەنانەت ئەگەر شەڕیشیان بوبێت، چونکە ئەوە هیچ بایـەخێکی نیـە، لەبەرئـەوەی قەدەغـەی ئـەرەی لێ ناکات بیرلە هێزی ڕاکێشانەکەی بکاتەوە بۆی کاتی تایبەتی هەیە ککە ئەو ئرخاندنانە زۆر بایەخی لای ژنەکـە هەیـە، وەك ئـەو کاتـەی پیـاو دەگەڕێتـەوە ماڵـەوە، یا لـەماڵ دەردەچێـت، ئەگـەر پیـاو لـەو کاتەنەدا ئەو هەستە خۆشەی بە بەر ژنەکەیدا کرد، بەوە باوەڕی بەخۆی زیاتر دەبێت و زۆر پێویستی پێ هەیە بۆ ئەوەی ئەو بێ دەنگیەی خۆی کیشاوە بەسەر جێگەکەیاندا دەری بکەن.

ترس لە ئالودەیی:

دکتۆر کالدیرۆن دەڵێت: کۆمەڵەکەمان پاڵمـان پێوە دەنێت بۆ ترس لەوەی بەرامبەر یەکێکی دی ئاخی خۆمان دەربخەین، پیاو و ژن لـەو پەیوەندییە توندەی نێوانیان دەترسن، لەگەڵ ئەوەی چاوەڕێی پـەیدابوونی ئالودەیی دەکەن لە نێوانیاندا، لەگـەڵ ئەوەشدا ڕێگایـەك نادۆزنەوە بـۆ ئـەوەی جێبـەجێی بکـەن، چونکە بەدەستهێنانی ئالودەیی تـەواو لەگـەڵ کەسێکی دیدا مانای وایە چونە قوڵایی یـەکترەوە بە مانایـەکی دی بوونـی باوەڕێکی تەواو بە یەکتری و تەواو کارییەك لە نێوان هەردوو کەسێتیەکەدا

جـێی داخـە زۆرێـك لـە مـێردان ئاوەهـا تەماشـای ئـەو پەیوەندیـە ناکـەن، بـەڵکو تەنـها لـە سـێکس دا یارییـەك، پارچەیەك شیرینی دەبینن و دەبێت بە ئازار یا خـەمی لاکەی دی کۆتایی بێت.

*سێکس کارێکە زیاتر لەوەی دەربڕینێکی "(جەسـتەی بێـت، چونکـە ڕوخسـارێکی سـەرەکیە لـە ڕوخسـارەکانی کەسـێتی، لەگـەڵ ئەوەشـدا پەیوەندییـەکی بـەتینی بـە خۆگونجاندنی کۆمەڵایەتی و سۆزی و گەشەی جەستەییەوە هەیە، لەوانەیە بڵێین هیچ شتێك نیـە ئـەوەندە پـەیوەندی بەجۆری ژیانی مرۆڤەوە هـەبێت وەك سێکس" کالدیرۆن لەم بارەیەشـەوە دەڵێـت: هەسـتی و مـرۆڤ بـە پەیوەنداریـەتی و ڕێبازەکانی بیر و ڕەفتار و چالاکی کۆمەڵایەتی و پیشەیی و هـەڵبژاردنی هـاوڕێ و جۆری جل و بەرگـەوە بەنـدە ئەمانـەش هـەموبان بـەندن بـەوەی کەسـەکە سـەر بـە جیـهانی ژنـە یـا جیهانی پیاو - و تاچەند گرێی سێکسی تێدانیە).

دەبێت ئەوە بڵێین کە ساتێك هـەبوو، ژن تەماشای پیاوی وا دەکرد کە کەشتیەوانی کەشتیەکەی بوو، خۆی دەیزانـی بەرەو کوێی دەبات و چۆن لە تەنگە ئاو دوور دەکەوێتەوە و کەشتیەکە دەگەیەنێتە ڕۆخی دڵنیایی، بە کورتی ئەو کاتانە ڕۆڵەکان تەنها شێوەیەکی ئایدیاییان هەڵگرتبوو.

بەڵام کاتێك ئەمامەتیە ئابورییەکان یا شـەڕی گێتی دوەم بەرپابوو، ژن ناچاربوو پشت بەخۆی ببەستێت بۆ ئـەوەی بەیەکسانی پارێزگاری لە ماڵ و مێردەکەی بکات، بۆیە شانی دایە بەرکارو وردە وردە هاتـە هـەموو مەیدانـەکانی ژیانـەوە و بۆ دواجار چەق بەستنی لە دنیای داخراوی ماڵـەوەدا بەجێ هێشت و لە هـەمو ئـەو مەیدانانەشدا سـەلماندی کـە هیچی لـەپیاو کەمترنیـە ئەگـەر لـە هـەندێکیاندا باشـتریش نـەبێت. ئـەمڕۆش ژن حـەزدەکات لەکەشـتیەوانیی کەشـتیەکەدا بەشداربێت، وێنە و نەخشەی لەوەپێشی ڕێڕەوی گەشتەکە دیـاری بکـات. ئـەو نایـەوێت جـارێکی دی وەك زیندانـی بەندکراوی ماڵـەوەبێت، ئەو دەیەوێت لە هەموو ئاستەکاندا لەگەڵ مێردەکەی دابێت

هەربۆیە ڕێکەوتنیش لەسەر کارە سێکسیەکانی نێوانیان بە یەکێك لە توخمە گرنگەکانی ئەم ژیانە نوێیە دادەنرێت.

بۆ پەستانی خوێن بەرز دەبێتەوە؟

نوسینی: دکتۆر ئوسامە عەبدول عەزیز

پەرچڤەی: گۆنا نەسرەدین

بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن ئەو نەخۆشییەیە کە وەك بکوژێکی بێدەنگ هێرش بۆ جەستەمان دەبات، مرۆڤ چۆن دەتوانێت درك بە نیشانە سەرەتاییەکانی بکات و، ئەو ڕێگایانەش کامانەن بە هۆیەوە خۆی لەم پەتا هارچەرخە بپارێزێت؟

هونەر ڕۆڵێکی گەورەی لە سەرنجڕاکێشانی زانا و پزیشکەکان گێڕا سەبارەت بەو خوێنەی لە دەمارەکاندا هاتوچۆ دەکات و هێزی ورووژمی خوێنەکە بە گۆڕانی یان بە جیاوازی قەبارەی خوێنبەر و پلەی نزیکی لە دڵەوە دەگۆڕێت، لە سەردەمەکانی ناوەڕاستدا و لەگەڵ ئەو توندوتیژییە ئەو کاتە باڵی بەسەر ژیاندا کێشا بوو، هونەر توانی بکاتە پێگەیەکی باڵاو هونەرمەندان لە وێناکردنی ئەوەی لە لەشی مرۆڤدا ڕوودەدات دامێنانی مەزنیان پێشکەش بە مرۆڤایەتی کرد، تابلۆی هونەری دەگمەنیان وێنەکرد وەك وێنەی جێبەجێکردنی ساتی لە سێدارەدان و تاوانەکانی کوشتن و دیمەنی جەنگەکان، لەم تابلۆیانەدا هونەرمەندەکان وێنەی خوێن لێڕژیشتنیان لە خوێنبەرە بچوکەکان لە شێوەی دڵۆپە خوێندا کێشاوە و لە خوێنبەرە مامناوەندەکان لە شێوەی ورووژمی بە هێزی دوابەدوایەك و لە خوێنبەرە گەورەکانیش وەك خوێنبەری مل، هونەرمەندەکان لە شێوەی فوارەدا کە خوێنی لە بەر ڕۆیشتووە، وێنە کردووە.

مرۆڤ چۆن پەستانی خوێنی دۆزییەوە!

لێرەوە زاناکان تێبینی ئەوەیان کرد خوێن پەستانێکی تێدایە لەناو خوێنبەرەکاندا پاڵی پێوەدەنێت. زانای ئینگلیزی ولیام هارڤی (1578–1657) ئاشکرایکرد خوێن لە بازنەیەکی لێکنەپچڕاودا دەسوڕێتەوە، بەڵام زاناکان نەیانتوانی پێوانەی پەستانی خوێن لەناو خوێنبەرەکاندا،

بکەن تاکو تاقیکردنەوەیەکی کە زانـاو پزیشـك د. سـتیڤن هێلـز سـاڵی 1733 بـە ئەنجامگـەیاند، بۆرییـەکی شوشـەی خسـتە نـاو خوێنبـەری ملـی ئەسـپێکی پچوکەوە و کۆتایی بۆرییەکی بە لقی دارێکـەوە بەسـت، تێبینـی بەرزبونـەوەی پەسـتانی خوێنـی لەناو بۆرییەکەدا، کرد، لێرەوە بە هێزی ووزەی خوێن، ئاشنا بوو. ئەمە بە یەکەمین هەڵسـەنگاندنی پێوانـەیی دادەنرێـت بـۆ پێوانـەکردنی پەسـتانی خوێـن تاکو دەرکەوتنی مانومیتەری جیوەیی کـە زانـای فەرەنسـی بوازییە ساڵی 1846ز دایهێنا.

ماوەیەك پێوانەکردنی پەستانی خوێـن هـەر لەرێگـەی چوونە ناوی یەکێك لە خوێنبەرەکانەوە پێوانە دەکرا، تاکو ئـەو کاتـەی بیر لـە وەرگرتنـی پێوانـەکردنی دەرەوە واتـا خوێنبەرەکە نەبڕێت non invasive کرایەوە. یەکەم ئامێر کە لەم بوارەدا بەکارهێنرا بریتی بوو لە پەردەیەك لەسەر دەمی شوشـەیەك دادەنـرا کـە جیـوەی تێـدا بـوو دەخرایـە سـەر خوێنبەری مەچەك radialartery تاکو لێدانەکانی ون دەبوو، ئینجا خوێندنەوەی جیوەکە کە لەناو شوشـەیەکی پلـە پلـە کراودا بوو لەناو شوشەیەکی دیکەدا کە جیوەی تێـدا بـوو دانرابوو، وەردەگیرا، پاشان ئامێرێکی دیکە دەرکەوت پشتی بە دانانی کێش (قورسایی) لەسەر تای تەرازوویەك دەبەست کە بە بەرزکەرەوەیەکەوە بە سترابوو، دوگمەیەکی پێوە بوو دەخرایە سەر خوێنبەری مەچەك و دەستی پێدا دەنرا تاکو لێدانـی نـەدەما و پەسـتانی خوێنەکـە بـەپێی کێشـە داواکراوەکـان دیاریدەکرا، ئامێرەکـە بـەهۆی گـەنجێکی بە رەچەڵەك هندی کە ناوی محەمەد ئەختەر بوو پەرەپێدرا بە شێوەیەك بەکارهێنانی ئاسانتر بـوو بـەڵام هـەر پشـتی بـە بەکارهێنانی کێش (قورسایی) دەبەست. بارەکان بەم شێوەیە مانەوە تاکو لە ساڵی 1896ز ریڤـاروکی لـە سـاڵی 1905ز دا کوروتکوف ئـامێری جیوەییـان بـۆ پێوانـەکردنی پەسـتانی خوێـن، داهێنـا، کـە تـاکو ئـەم رۆژگـارەی ئێسـتاشمان بەکاردەهێنرێت!!

بەم شێوەیە مرۆڤ بۆیدەرکەوت خوێن لەخوێنبەرەکاندا بەهێزێکی تایبەتی دەجوڵێت کە پێـی دەوترێـت پەسـتانی خوێـن و بە بـەکارهێنانی دەرزییـەك یـان بۆرییـەك لـە نـاو خوێنبەرەکاندا و پاشان بە بەکارهێنانی مانومیتەری جیوەیی بەبێ ئەوەی پێویست بە برینی واتە چوونە ناو خوێنبەرەکە بکات، پێوانە کرا، ئەمانە لەسەرەتای سەدەی بیستەم.

بەڵام بۆچی پەستانی خوێن بەرز دەبێتەوە؟

لەدوای رێگەکانی پێوانەکردنی پەستانی خوێن ئاشکرا بوو زاناکان هەوڵی ئاشکرا کردنی هۆیەکانی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێنیان داو بەلێکۆڵینەوەی تێبینییەکانی ریچارد برایت (1789-1858)دەستیان پێکرد. ریچارد یەکـەم کـەس بوو ئەو پەیوەندییەی تۆمار کرد لەنێوان دەرکـەوتنی پرۆتین لـە مـیزدا و پوکانـەوەی هـەردوو گورچیلـە لەلایـەك و گەورەبوونی ماسولکەی دڵ لەلایەکی دیکەوە، لێکدانەوەکان هـەندێکجار لـە دژی یـەکتر دەوەسـتانەوە سـەبارەت بـە ئاشکراکردنی پەیوەندی نێوان ئەم گۆڕانانە، تاکو ئەو کاتەی زاناکان بۆیاندەرکەوت بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن هاوکاتە لەگەڵ نەخۆشییەکانی گورچیلە کە دەبێتە هۆی گەورەبوونی ماسـولکەی سـکۆڵەی چـەپی دڵ، بـەڵام محەمـەد ئەختـەر پزیشکە گەنجەکەی کە هێشتا خوێندکاری پزیشکی بوو لە نەخۆشخانەی جای لەساڵی 1879 پەرەی بە ئامێری پێوانی

پەستانی خوێندا وەك پێشتر ئاماژەمان پێدا، لەسەر دەمەکەی خۆیدا کەسێکی دیارو زیرەك و مێشك کراوە بوو، بە بەکارهێنانی ئامێرەکەی کە خۆی پەرەیپێدا و زۆر بارمەتیدەری بوو لە پشکنینی نەخۆشەکانی لە دوای ئەوەی خوێندنی پزیشکی تەواوکرد، توانی جەخت لە حەقیقەتی ئەو پەیوەندییە بکات کە لە نێوان نەخۆشییەکانی گورچیلە و دەرکەوتنی پرۆتین لە میزداو بەرز بوونەوەی پەستانی خوێن لە هەندێك باردا، هەیە، هەروەها توانی لەوە دڵنیابێت هەندێك لەو نەخۆشخانەی پەستانی خوێنیان بەرزە دوچاری توشبوونی نەخۆشییەکانی گورچیلە نەبوون و پرۆتین لە میزەکەیاندا نییە.

محەمەد ئەختەر نەوەی پزیشکێکی هندی بوو کە لەشاری برایتۆن لە ئینگلتەرا نیشتەجێ بوو بوو، پسپۆر بوو لە چارەسەرکردنی سروشتی و چارەسەرکردن بە هەڵم و شێلان و ناوبانگی دەرکردبوو تەنانەت یەکێك بوو لە پزیشەکانی کە چارەسەری جۆرجی پێنجەم و ولیەمی چوارەمییان کرد. محەمەد ئەختەر لە ساڵی 1869ز دا چووە خوێندنگای پزیشکی و تواناو لێزانی دەرکەوت کە هێشتا خوێندکار بوو،

لە ساڵی 1870دا خەڵاتێکی رێز لێنانی لە بەرامبەر پەرەپێدانی ئامێری پێوانە کردنی پەستانی خوێن پێ بەخشرا و لە ساڵی 1872دا توێژینەوەکانی لە گۆڤارە زانستییەکاندا بڵاو کرایەوەو لە هەمان ساڵدا خوێندنی پزیشکی تەواو کردو بووە پزیشك لە یەکێك لە نەخۆشخانەکانی لەندەندا، توێژینەوەکانی لە بواری بەرزبوونەوەی پەستانی خوێندا بەردەوام بوو بە تایبەتی لەنێو ئەو نەخۆشانەیدا کە توشی سورەتا بوو بوون، کە ئەم نەخۆشییە کاردەکاتە سەر گورچیلەکان. هەروەها باسی لە بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن کرد لە حاڵەتەکانی ژەهراوی بوونی دوو گیانیدا، ئەم پزیشکە بە توانایە لەسەر کارکردن بەردەوام بوو تاکو لە ساڵی 1881 دا توشی گرانەتا بوو، بە هۆیەوە گیانی لەدەستدا.

هەرچەندە توێژینەوەکانی محەمەد توێژینەوەی باش بوون بەڵام وەك پێویست پایەو رێزی بۆ دانەنراو کارەکانی بە کاری کەسانی دیکە دانراو بە ناوی کەسانی دیکەوە تۆمار کرا.

دۆزینەوەی سەرەتای پەستانی خوێن یان ئەو پەستانەی کە هۆکارەکانی نادیاربوون بەناوی هوشاردی فەرەنسی و فون باخی نەمساوی و ئالیوتی ئینگلیزی تۆمارکرا.

لەدوای ئەمانەوە زاناکان بەدوو جۆر لە پەستانی خوێن ئاشنابوون: پەستانی خوێنی دووەمی و پەستانی خوێنی سەرەتایی یان یەکەمی.

پەستانی خوێنی دووەمی

مەبەست لە پەستانی خوێنی دووەمی ئەو بەرزبوونەوەیە لە پەستانی خوێندا کە بەهۆی هۆکارێکی دیارەوە بەرز دەبێتەوە و دەتوانرێت دەستنیشان بکرێت و چارەسەری گونجاوی بۆ دیاریبکرێت. بۆ بەدبەختی رێژەی توشبوون بەم جۆرە تەنها بە رێژەیەکی کەم مەزەندە دەکرێت بە بەراوردکردن لەگەڵ ئەو رێژە گەورەیەی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێنی سەرەتایی یان یەکەمی پێکیدێنێت کە هۆکارەکەی نەزانراوە رێژەی پەستانی خوێنی دووەمی نزیکەی 15٪–10٪ دەبێت پێویستە پزیشکی چارەسەرکەر هۆکاری بەرزبوونەوەی پەستانی خوێنەکە دیاری بکات تاکو چارەسەری بکات و پەستانی خوێنی نەخۆشەکە بۆ بارە سروشتییەکەی بگەرێتەوە. ئەم جۆرە پەستانە لە منداڵان یان گەنجاندا دەبینرێت، پێویستە هۆکارەکانی دیاریبکرێت کە گرنگترینیان ئەمانەن:

نەخۆشییەکانی گورچیلە :

بێگومان هەر نەخۆشییەك لە گورچیلەکاندا وەك هەوکردنی توندییان کە لەوانەیە بەهۆی هەوکردنی لوزەتینەوە بەهۆی میکرۆبی تەزبیحی (کە هەمان ئەو میکرۆبەیە دەبێتە هۆی تای رۆماتیزمە و نەخۆشییەکانی زمانەکانی دڵ لە منداڵدا) رویدات، پەستانی خوێن بەرز دەبێتەوە لەگەڵ هەوکردنی گورچیلەکاندا پرۆتین لە میزدا دەردەکەوێت، پەستانی خوێن بەرز دەبێتەوە، لەگەڵ نەمانی هەوکردنەکە پەستانی خوێنەکە بۆ باری سروشتی دەگەرێتەوە، هەروەها لەو بارانەدا کە گورچیلەکان توشی هەوکردنی درێژخایەن بوون یان بۆری میز دەگیرێت بەهۆی بەردەوە یان بەهۆی تەسکییەوە، گورچیلەکان دەئاوسێن و شانەکانی دەپوکێتەوە و ناتوانن فرمانی خۆیان جێبەجێ بکەن لەم کاتەدا فرسەتی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن زیاد

دەکات، هەرچەندە هەوکردنەکە گشتگیرتربێت و هەردوو گورچیلەکە بگرێتەوە پەستانی خوێن بەرزتر دەبێتەوە، لەلایەکی دیکەوە تەسکی یان پچوکی ئەو خوێنبەرەی خوێن بۆ گورچیلەکان دەبات هۆکاری سەرەکی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن دادەنرێت. دەتوانرێت ئەم کەموکورییە زگماکییە بەهۆی بیستۆکەوە دەستنیشان بکرێت کە بوونی گرتنێك لەسەر ناوچەی خوێنبەرە تەسکەکە ئاشکرادەکات، یان بەهۆی پشکنینی تیشکەیەوە بەهۆی بۆیەوە لەسەر خوێنبەرەکان یان بەهۆی شەپۆلەکانی سەروو دەنگەوە یان بەهۆی ئامێری لەرەلەرکەری موگناتیسی نوێوە، ئەم بارە دەستنیشان دەکرێت پێویستە پزیشك بە تەواوەتی لە بوونی یان نەبوونی ئەم بارە لە منداڵانی تەمەن پچوکدا دڵنیابێت، چونکە دەتوانرێت لە ڕێگەی نەشتەرگەرییەوە چارەسەربکرێت.

کوێرە ڕژێنەکان

کوێرە ڕژێنەکان لە لەشی مرۆڤدا بڵاوبوونەتەوە و هۆرمۆنی زۆر پێویست بۆ ژیانی مرۆڤ و گەشەکردنی ئەنجامدانی کارەکانی بە باشترین شێوە، گرنگترین ئەم ڕژێنانە وەك ڕژێنی ژێرمێشکە ڕژێن (ناو مێشك) سەرە گورچیلە ڕژێن (سەرگورچیلەکان) ڕژێنی دەرەقی (لەسەرەتای ملدا). ئەم ڕژێنانە بە کوێرە ڕژێن ناودەبرێن چونکە ڕاستەوخۆ ئەو هۆرمۆنانەی کە تایبەتە پێیان لە ناو خوێندا دەریدەدەن بەبێ بوونی هیچ کەناڵێك ئەم دەردراوانەی لێوە دەربچێت.ئەگەر دەردراوەکانی ئەم ڕژێنانە لە ڕێژەی سروشتییان زیاتر دەربدرێن لەوانەیە ببنە هۆی بەرز بوونەوەی پەستانی خوێن واتا بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن لەوانەیە یەکێك بێت لەو نیشانە و گۆڕانانەی بەهۆی زۆر دەردانی ڕێژەی هۆرمۆنەکانەوە ڕوودەدەن. بۆ نوونە زۆریەی گەنجان لە کچان و کوڕان لەوانەیە پەستانی خوێنیان بەرزبێتەوە زیادبوونی ڕێژەی دەردانی هۆرمۆنی تایبەت بە ڕژێنی hormon Thyroid هەروەها لەگەڵیدا ژمارەی لێدانەکانی دڵ زیاد دەکات لەوانەشە لەگەڵیدا ئارەق بێت و کێشی لەش دادەبەزێت. ئەگەر زۆر دەردانی ئەم هۆرمۆنە لە ڕێگەی بەکارهێنانی ئەو دەرمانانەی کە چالاکی ڕژێنەکە دەوەستێنێت یان لە ڕێگەی لابردنی بەشێکی، چارەسەرکرا، ئەوا پەستانی خوێنەکە بۆ باری سروشتی دەگەڕێتەوە. لەبەرئەوە دڵنیابوون لەوەی ڕژێنەکان بەباشترین شێوە کاری خۆیان دەکەن، بە کارێکی پێویست دادەنرێت بۆ دیاریکردنی جۆری چارەسەری پێویست پزیشکی بێ یان نەشتەرگەری یان تیشکی.

تەسکی خوێنبەر:

وەك دەزانین شاخوێنبەر لە سکۆڵەی چەپی دڵەوە دەردەچێت و خوێنی پڕ لە ئۆکسجین و خۆراکی پێویست بۆ گشت ئەندامەکانی لەش، دەبات، خوێنبەرەکانی لێوە دەردەچێت بۆ خۆراکپێدانی دڵ و مێشك و پەلەکانی سەرەوە، پاشان بەناو بۆشایی هەناودا دەڕوات و خوێنبەری بۆ هەریەك لە گورچیلەکان لێوە دەردەچێت پێش ئەوەی لە نزیك کۆتایی بڕبڕەی پشتدا کە بۆ خوێنبەری سەرەکی دابەش ببێت خوێن بۆ پەلەکانی خوارەوە (قاچ) دەبەن. لەوانەیە تەسکبوونێکی زگماکی لە بەشێی دیاریکراو لە شاخوێنبەری سەرەکیدا هەر لە سەرەتای لە دایکبوونەوە، هەبێت و لە ئەنجامی ئەمەش پەستانی خوێنەکە لە خوێنبەرەکاندا لەو بەشەدا بەرزبێت کە دەکەوێتە پێش بەشە تەسکەکەوە، لە کاتێکدا لەو بەشەدا کە دەکەوێتە دوای بەشە تەسکەکەوە نزم دەبێت، لێرەوە دەبینین جیاوازی لە پێوانەکردنی پەستانی خوێندا دەبێت لە قۆڵەکاندا بەرز و لە قاچەکاندا نزم دەبێت. لەبەرئەوە پێویستە پەستانی خوێن لە هەر یەك لە قۆڵ و قاچدا پێوانەبکرێت تاکو پزیشکەکە هیچ فرسەتێکی پشکنین بەسەریدا تێپەڕنەبێت و نەخۆشەکە لە چارەسەری دروست بێبەش بێت. دەتوانرێت لە ڕێگەی نەشتەرگەرییەوە بەشە

تەسکەکەی خوێنبەرەکە لابرێت و ئەگەر ئەو بەشە درێژبوو دەتوانرێت بەشێکی دەستکردی بۆ دابنرێت بۆ بەستنەوەی هەردوو بەشی شاخوێنبەر ئەم نەشتەرگەرییە بە نەشتەرگەرییەکی گەورە دادەنرێت بەڵام ئەنجامەکەی دڵنیایی بەخشەوە کارەکان بۆ سروشتی خۆیان دەگەڕێنەوە.

هۆکاری دیکە

لەو هۆکارانەی پارمەتیدەر دەبێت لەبەرزکردنەوەی پەستانی خوێن ژمەراوی بوونی دووگیانییە، فرسەتی ڕودانی ئەم بارە زیاد دەکات لەگەڵ چەندبارە بوونەوەی دوگیانیدا بە تایبەتی لە کاتێکدا ئەگەر ژنەکە پێش دووگیانی پەستانی خوێنی بەرزبێت و پرۆتین لە میزەکەیدا هەبێت و پێیەکانی توشی ئاوسان بووبێت، لەم بارەدا پەستانی خوێن زۆر بەرز دەبێتەوە لەگەڵ دەرکەوتنی کۆمەڵێك نیشانەی دیکەدا، لەوانەیە ئەو ژنە هەروا بمێنێتەوە تاکو دوای منداڵبوونەکەی، لەوانەیە واپێویست بکات پێش کاتی تەواوی منداڵبوون ژنەکە منداڵی ببێت چونکە لەم بارانەدا ژیانی دایك و منداڵەکە دەکەوێتە مەترسییەوە. بێگومان بەکارهێنانی حەپەکانی دژە سکپڕی بەتایبەتی بۆماوەی دوورودرێژ دیسانەوە بە هۆکارێکی پارمەتیدەر دادەنرێت بۆ بەرز بوونەوەی پەستانی خوێن، لەبەرئەوە بەکارهێنانی ئەو جۆرە حەپانە پێویستە لەژێر چاودێری پزیشکدا بێت و ئەو ژنانەش تەمەنیان لەسەروو سی و پێنج ساڵییەوەیە، بەشوێن هۆکارێکی دیکەی دژە سکپڕیدا بگەڕێن، دەبێت ئەوەش لەیاد نەکەین هەندێك نەخۆشی ئەندامی لە کۆئەندامی دەماردا هەیە و هەندێك نەخۆشی دەروونیش پارمەتیدەر دەبن لە بەرزکردنەوەی پەستانی خوێن. ئەمەش بایەخی گەڕان بە شوێن هۆکاری بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن ئاشکرا دەکات بە تایبەتی لەو کەسانەدا کە تەمەنییان کەمە واتا منداڵ و گەنجن. ئەگەر پزیشکی چارەسەرکەر هۆکاری بەرز بوونەوەی پەستانی خوێنەکەی دەستنیشان نەکرد ئەوا بەرز بوونەوەی پەستانی خوێنەکە لە جۆری سەرەتایی یان یەکەمییە کە زۆر بڵاوە و ڕێژەی 85٪-85/ی حاڵەتەکانی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن پێکدێنێت

گومانی تێدا نییە نەخۆشی بەرز بوونەوەی پەستانی خوێن ڕێژەکەی لە هەندێك کۆمەڵگەدا دەگاتە 20٪ی کۆی دانیشتوان، ئەم ژمارەیەش شایەنی هەڵوێستەکردنە و هەمیشە سەرنج و بایەخی پزیشك و بەرهەمهێنەری دەرمانەکانی ڕاکێشاوە لە پێناوی هەوڵدان بۆ بنەبڕکردن و زاڵبوون بەسەریدا بە جۆرەها شێواز و دەرمان.

هەرچەندە هۆکاری ڕاستەقینەی بەرز بوونەوەی پەستانی خوێن نەزانراوە بەڵام ژمارەیەك هۆکار هەن فرسەتی ڕودانی زیاد دەکەن وەك زۆر خواردنی خوێ و جگەرەکێشان و گرژی و نائارامی و زیادبوونی ڕێژەی چەوری لە خوێندا و داکەوتنی جەستەو ئەنجامنەگەیاندنی هیچ جۆرە ڕاهێنانێکی وەرزشی، ئەم هۆکارانە پێویستە لە هەموویان دووربکەینەوە تاکو فرسەتی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن کەم بێتەوە کە لە وانەیە دەرئەنجامی خراپی بۆسەر تەندروستی مرۆڤ بە تایبەتی دڵ و مێشك و گورچیلە و چاو هەبێت، لێرەوە پێویستە ئاگامان لە چارەسەرکردنی ئەم بارە تەندروستییە هەبێت کە ڕۆژ بەڕۆژ لە لە پێشکەوتنی بەردەوام و خێرادایە.

پیاز لە نەخۆشی شێرپەنجە و دەردە باریکە (سیل) دەتپارێزێت

قاهرە (ڕۆیتەرز)

توێژینەوەی زانستی نوێ دەریخست کەسە بەتەمەن و بەهێزەکان کە هیچ نەخۆشییەکیان نییە ئەو کەسانەن بڕێکی زۆر لە پیاز دەخۆن.

ئەنجامەکانی توێژینەوەکە دەریخست ئەوکەسانەی بەشێوەیەکی بەردەوام و بە درێژایی ژیانیان پیاز دەخۆن توشی نەخۆشیە جیاوازەکان نابن لە کاتێکدا ئەو کەسانەی پیاز ناخۆن توشی شێرپەنجە یان سیل دەبن.

توێژینەوەکانی پێشو دوپاتیان کردەوە کە پیاز لە دەرمانە پارێزەرە گرنگەکانە بۆ پاراستنی ساغ و سەلامەتی دڵ و نەهێشتنی ڕودانی گرفتەکان و سنگە کوژێ و ناهێڵێت خوێن لە خوێنبەرەکانی دڵدا بمەیەت و هەروەها ناهێڵێت ئەم خوێنبەرانە توشی گیران بین کە ڕێ لە ڕۆیشتنی ئۆکسجین و خۆراك دەگرن بۆ ماسولکەکانی دڵ، ڕوون بووەوە ئەو هۆکارەی لە پێکهاتەی پیازدایەو ناهێڵێت جەڵتە ڕوبدات گەرمی کاری تێ ناکات و لە ئاویشدا ناتوێتەوە

ڕێزان

تیشکی تیراهێرتز شاراوەکان دەردەخات

پەرچڤەی: ئاسۆ جەمال

دەرخستنی تەقەمەنیە شاراوەکانی ژێر زەوی و خانە شێر پەنجەییە نەبینراوەکان بۆتە کارێکی سووک و ئاسان و بێ زیان لەسەر مرۆڤ بەهۆی... تیرا هێرتزەوە!!

لە شەبەنگی کارۆموگناتیسیدا کۆمەڵێک لەرەلەری شاراوە هەبوون کە دەکەونە نێوان شەپۆلە مایکرۆییەکان و شەپۆلەکانی خوار سور و بەشەپۆلەکانی یان تیشکی (تیرا هێرتز) یان تیشکی (T) دەناسرێن (1 تیرا = 10^{12})یە، هەرچەندە ئەو تیشکە هەر لە سەرەتای سەدەی بیستەمەوە ناسراوبوو بەلام لەبەرنەبوونی هۆکاری تەکنیکی نەتوانرا ئەو تیشکە بەرهەم بهێنرێت تا 10 ساڵ لەمەوبەر، خۆ ئەگەر توانرا دەست بەسەر ئەو تیشکەدا بگیرێت ئەوا شۆڕشێکی گەورە لە هەموو بوارەکانی وەك ئاسایش و پزیشکی هەتا گەردوونیشدا بەرپا دەبێت و ئەو تیشکە جێگای تیشکی (X) دەگرێتەوە هەروەك پرۆفیسۆر (هسی شنگ ز هانگ) بەڕێوەبەری ناوەندی توێژینەوەکانی تیراهێرتز لە پەیمانگای Rensselear لە نیویۆرك وتی بۆ نموونە لە بواری ئاسایشدا بەهۆی ئەو تیشکە کارۆموگناتیسیەی T دەتوانرێت کەشفی تەقەمەنی و چەکی جۆراوجۆر هەتا ئەگەر ئاکانزایش بێت بکات، جگە لەوەش کەشفی هۆکارە کیمیایی و بەکتریاییەکان و وەرمە پیسەکان بکات، هەروەها لە بواری دەرمانسازی و گەردوونیشدا ڕۆڵی گرنگی هەیە لە دیاریکردنی پێکهاتەی کیمیایی شتە دوورەکان لەرە لەری ئەو تیشکانەی T کە بەچاو نابینرێن نزیکەی 30 تیراهێرتز دەبێت، یەکەمین ئامێر کە بتوانێت تیشکی T بەرهەم بهێنێت و وەری بگرێتەوە لە کۆتایی شەستەکانی سەدەی ڕابووردوودا دروستکرا لەسەر بنچینەی تیشکی لەیزەر بەلام گرفتی ئەو ئامێرانەی کە بە زۆری گەردونزانەکان بەکاریان دەهێنا لەوەدا بوو کە قورس و زۆر تێچوو بوون، ئەوەش بە پێی قسەی (ب-مۆنیە) بەڕێوەبەری توێژینەوەکان لەمەڵبەندی فیزیای گەردی بینایی تیراهێرتزی/ مەڵبەندی نیشتمانی توێژینەوە زانستیەکان/ زانکۆی بۆردۆی 1 لە فەرەنسا، درێژی ئەو لەیزەرەی ئەو کاتە بەکاردەهات بۆ بەرهەم هێنانی تیشکی تیرا هێرتزی 10م بوو، بەڵام لە نەوەدەکاندا ئەو کرداری بەرهەم هێنانە هەنگاوێکی گەورەی بەرەو پێشنا لە تاقیگاکانی (بێل) لە

ئەمەریکا دەرچوو کە ئامێرێك دروستکرا بۆ بەرهەم هێنانی ئەو تیشکە کە بەهۆی لەیزەرێکەوە بوو بە ناوی (لەیزەری بەدوای یەکدا هاتووی بڕی) کە درێژی شەپۆلی لەیزەرەکە بەندە بەدەستووری مادەی نیمچەگەیەنەری بەکارهاتوو، بە پێشکەوتن و پەرەسەندن لەیزەر پرتە کورتەکان کە بە لەیزەری (فمتۆ چرکە) دەناسرێت و زۆر بچووك و کەم تێچوونە (فمتۆ-10^{-15} چرکە) توانرا تیشکی T بە جۆرێکی باڵو دروستبکرێت و هەموو تاقیگاکان بتوانن بەو کارە هەستن، ئەو لەیزەرانە پرتە لەیزەری زۆر کورت دەنێرن و زانای عەرەبی دکتۆر ئەحمەد زوێل خەڵاتی نۆبڵی لەسەر وەرگرت. لەیزەرەکە تیشکێکی ڕووناکی بەشێوەی پرتە ئاراستەی نێرەرێك دەکات کە پێکهاتەکەی نیمچە گەیەنەریان بەلوورەی ڕووناکین، ئیتر لەو نێرەرەوە شەبەنگێك لە شەپۆلی کارۆمۆگناتیسی بە تێکڕایی لەرلەری یەك تیرا هێرتز کە لە توانایدا هەیە زۆر لە مادەکان ببڕێت جگە لە گەردەکانی ئاو گەرەمکانی مادە کانزاییەکان کەشفی تەقەمەنی و چەکەکان: سود و کەڵکی تیشکی تیراهێرتزی T نامێنێت ئەگەر نەتوانرێت ئەو تیشکانە وەربگیرێتەوە لە میانەی ئەو وەرگرانەی کە بە مەبەستی خوێندنەوەی تیشکەکە دروستکراون کاتێك کە بەسەر یان بەنێو ئەو مادانەدا دەڕوات کە مەبەستی کەشف بکرێن و زانیاری دەربارەی شێوە و پێکهاتەی ئەو مادانە بزانرێت، پێکهاتەی وەرگرەکان هەروەك پێکهاتەی نێرەرەکانە، کە کاریان ناردن یان وەرگرتنەوەی ئەو تیشکانەیە کە بەسەر مادەی مەبەستدا گوزەردەکەن، ئینجا بە بەراوردی ئەو تیشکە لەگەڵ تیشکی بنەڕەتیدا دەتوانرێت لە سیفەت و ناوەڕۆکی ئەو مادانە دڵنیابین کە تیشکەکەی پیایاندا دەڕوات، بەڵام پرەنسیپی ئەو جۆرە تیشکە جیاوازە لە وێنە گرتنی پزیشکی بە تیشکی X چونکە ئەو فیلمەی لە تیشکە ئێسکدا بەکار دەهێنرێت توندی تیشکەکە دەردەخات لەو خاڵانەی کە فیلمەکە تیایدایە بە تیشکەکە دەکەوێت بەڵام ئەو ناوچانەی کە ڕاستەوخۆ بەرتیشکەکە ناکەون و تیشکەکە دەمژرێن لەلایەن پێکهاتەکانی لەشەوە بۆ نموونە ئێسکەکان.

بەڵام ئەگەر کارێك تیشکی تیراهێرتزی مژی کە لەرەلەرێکی دیاریکراوی هەبوو ئەوا ئیتر بۆ شایەك لە شەبەنگی تیشکی دەرچوودا دروستدەبێت، کە دەتوانرێت چییەتی مادەیەکی ڕەقی وەك کانزاکان یان هەتا لەشی مرۆڤ بەهۆی ئەو ناوەی تیایەتی بزانرێت بەهۆی تیشکی تیراهێرتزەوە. ئەو سیفەتە گرنگ و سەیرانەی تیشکی تیراهێرتز بۆتە مایەی جۆی سەرسوڕمانی زۆربەی پسپۆڕان و تایبەتکاران بەتایبەتی پسپۆڕانی بواری ئاسایش کە دەتوانن لە ڕێگای ئەو تیشکەوە جۆرپەنجەی کیمیایی زۆر لە مادە تەقاوەکان دیاری بکەن، هەروەهاش بۆ مادە زیندوو و هۆکارە بایۆلۆژیەکانیش.

پرۆفیسۆر (زەهانگ) و تیمەکەی لە ساڵی 2002 دا توانییسان کاریگەری و توانای تیشکی T دەربخەن لە کەشفکردنی چیلکەکانی نەخۆشی ئاگرە سورە کەدەبنە هۆی تووش بوون بەو نەخۆشیە کوشندەیەی کە لە ڕێگای پۆستەوە دەنێرا بۆ ئەمەریکا پاش ڕووداوەکانی ئەیلولی 2001 لە ئەمەریکا، ئەوەش کارێکی وایکرد کە ئاژانسی توێژینەوەکان لەوەزارەتی بەرگری ئەمەریکی 18 ملیۆن دۆلار تەرخان بکات بۆ توێژینەوە لەسەر تیشکی تیراهێرتز بۆ قۆناغی یەکەمی کە لە شوباتی 2004 وە دەستپێکردووە و توێژینەوەکان تەرخان کران بۆ بواری بەکارهێنانەکانی ئاسایش و دەمێشتنی تیرۆر، وەك کەشفکردنی چەك و تەقەمەنی شاراوە، لەو بوارەشدا کۆمپانیای (تیرافیو)ی بەریتانی دۆزەرەوەیەکی دروستکرد بەناوی (TPI) واتە Terahertz Pulsed imaging کە لە توانایدا هەیە هەموو مادە تەقەمەنی و چەکە شاراوەکان کەشف بکات کە بەڕێگای ئاسایی کەشف ناکرێن بۆ نموونە ئەو چەك و مادە تەقەمەنیانەی کە لە پلاستیك یان خەزەف یان کاغەز دروستکرابن! توێژەرەکانی کۆمپانیای (تیرافیو) سەلماندنیان کە ئامێرەکەیان TPI لە توانایدا هەیە کە کەشفی هەموو جۆرە چەك و تەقەمەنیەك بکات کە ئەگەر کانزایش نەبن و لە قوڵاییەکی کەمی ژێر خاکدا چاندرابن، ئەوەش گرنگی زۆرە بۆ دۆزینەوەی ئەو مینە کەسیانەی کە لە مادەی ناکانزایی وەك پلاستیك دروستکراون لە ژێر خاکدا چێندراون یان دۆزینەوەی ئەو چەقۆ یان کێردە خەزەفیانەی کە لەناو چاکەت یان کیسەدان و بە هۆکاری ئاسایی کەشف ناکرێن، لەوانەش گرنگتر و سەیرتر ئەوەیە کە دەکرێت ئەو تیشکە بەکاربهێنرێت بۆ دۆزینەوەی ڕفێنەران و بە بارمتە گیراوەکان چونکە ئەو تیشکە توانای بڕینی دیواری ئەستوریشیان هەیە بەوەش شوێن و جێگای ئەو تیرۆریستانە بەووردی دیاری

دەکرێت کە تا ئێستاش هیچ جۆرە تەکنۆلۆژیایەك نەیتوانیوە ئەو کارە ئەنجام بدات!

سیفەتێکی دیکەی زۆر چاکی تیشکی T ئەوەیە کە بێ زیانە و وەك تیشکی X نابێتە هۆی دروستکردنی شانەی شێرپەنجەیی و ئەزۆکی چونکە ئەم تیشکە نوێیە توانای بە ئایۆنکردنی نیەو تێکڕای ووزەی فۆتۆنی تیشکێکی 1 تێرامێرتز بە 1 ملیۆن جار کەمترە لە تیشکی X، لەو بارەیەوە پرۆفیسۆر (ژ هانگ) دەڵێت کە هێشتا ئەو تاقیکردنەوانەی لەسەر ئەم خاڵەی کۆتایی کراون لە ئەمەریکا و ئەورووپا ئەنجامی تەواویان نەداوە بە دەستەوە بە تایبەتی لە بواری وێنەگرتنی پزیشکیدا، بەڵام بەپێی تۆژینەوەیەك کە تۆژەرەوەکانی کۆمپانیای (تێرامێرتن)ی بەریتانی لە ساڵی 2003 دا و لەسەر 10 نەخۆش ئەنجامیان داوە دەرکەوتووە کە ئەو تیشکە توانای کەشفکردنی شێرپەنجەی پێستی هەیە.

هەتا ئەو کاتەی کە ئەو تیشکە نەدۆزرابوەوە پزیشکەکان نەیاندەتوانی کە شێرپەنجەی پێست بە چاوی ڕوون ببینن، بەپێی بۆچوونی تۆژەرەوەکان مزینی ئەو تیشکە لەلایەن ئاوەوە کۆسپە لەبەردەم کاری کەشفکردنی تیشکەکەو لەبەرئەوەی کە خانە شێرپەنجەییەکان بڕی باش لە ئاویان تێدایە بۆیە ئەگەر لەو تیشکەیان ئاراستەکرا ئەوا ڕەنگیان زیاتر تێر و تۆخ دەبێت و بەوەش توانای تیشکەکە لە دۆزینەوە و کەشفکردنی خانە شێرپەنجەییەکان بە تایبەتی ئەو خانە شێرپەنجەییانەی دەکەونە قوڵایی لەشەوە کەم دەبێتەوە بۆیە پسپۆڕان بەنیازن گۆڕانکاری وا لەو تیشکەدا بکەن کە بەسەر ئەو کۆسپانەشدا زاڵی بکات و لە بواری دیکەشدا بەکاربهێنرێت وەك وێنەگرتنی مەمکەکان و ئەشتەرگەری ددانەکان و دەرخستنی داخوراندنی ددانەکان هەتا پێش ئەوەی دەربکەون تا بتوانرێت پێش وەخت فریای ددانەکان بکەون و چارەسەریان بکەن، جگە لەو بەجێهێنانەی پێشووی تیشکی T بەجێهێنانی دیکەی وەك چاودێریکردنی دەرمان بە شیکارکردنی پێکهاتە کیمیاییەکەی و کەشفکردنی بلقی ئەگەیەنەر لە سەکوە فەزاییەکاندا بەڕێوەن، لەوانەش سەیرتر و گرنگتر ئەوەیە کە تۆژەرەوەکانی زانکۆی (لیدز) ی بەریتانی بەنیازن ئامێرێکی وا دروستبکەن کە ناوەڕۆکی هەموو پەرتووکێك بخوێنێتەوە بێ ئەوەی بیکاتەوە ! چونکە ئەو تیشکە سەیرە توانای جیاکردنەوەی ئەو بەشانەی کاغەزەکەی هەیە کە لێی نوسراون لەو بەشانەی کەسپێن و نەنوسراون، کە لەو ڕێگایەوە دەکرێت ناوەڕکی ئەو پەرتووکە زۆر کۆنانە ساغ بکرێتەوە بێ کردنەوەیان کە دەبێتە هۆی دڕاندنیان!!

ژەهری جاڵجاڵۆکە بۆ ڕێکخستنی لێدانەکانی دڵ بەسودە

توێژینەوەیەکی پزیشکی ڕایگەیاند کە ژەهری جاڵجاڵۆکە یارمەتی ڕێکخستنی لێدانە تێکچوەکانی ماسولکەی دڵ دەدات، گۆڤاری Natureی بەریتانی لە دوا ژمارەیدا دەڵێت: تیمێکی پزیشکی لە زانکۆی بفالو لەولایەتی نیویۆرکەوە پرۆتینێکی لە ژەهری جاڵجاڵۆکەدا دۆزیەوە پێی دەوترێت غرامو ستولاسابتولاتاو لە داهاتودا دەتوانێت چارەسەرێك بۆ ناڕێك لێدانی ماسولکەی دڵ پێشکەش بکات.

توێژەرەوەکان ئاماژەیان بەوەدا ئەم مادەیەی دۆزراوەتەوەو بە GSMTX4 ناوزەندکراوە، لێدانە ناڕێکەکانی دڵی کەروێشکەکانی ڕێك خستەوە پاش ئەوەی لە کارەبا دران، ئەمەش ئەوە دەسەلمێنێت کە پرۆتین دەتوانێت کۆنتڕۆڵی جوڵەی دڵ بکات و تێکچوی لێدانی دڵ ناهێڵێت. ئەو تێکچونە دەستکردەی دڵ کە لە ئەنجامی شۆکی کارەباییەوە پەیدا دەبێت لەو تێکچوونە دەچێت لە تەزوی کارەبایی سروشتی گوێکاندا هەن و بەلەرزینی گوێی ناسراوە، و نیشانەکانی بریتین لە گرژبونە خێراو ناڕێك و ناچالاکەکان، ئەوەی شایەنی باسە ناڕێکی لە لێدانی دڵدا دەبێتە هۆی مەلەنەدانی خوێن بەشێوەیەکی دروست کە لەگەڵ پێویستیەکانی لەشی مرۆڤدا بگونجێت، لەوانەشە ببێتە هۆی مردنی کەسە توش بوەکە ئەگەر چارەسەرەکەی دوابکەوێت، زۆربەی جار پزیشکەکان لەم حاڵەتەدا پەنا دەبەنە بەر شۆکە کارەباییەکان بۆ گێڕاندنەوەی دڵ بۆ لێدانە سروشتیەکەی خۆی توێژەرەوەکان ڕایانگەیاند ئەو مادەیەی کە لە ژەهری جاڵجاڵۆکە دەرهاتوە ڕێگە لە تێپەڕبوونی ئەو کەردیلانە دەگرێت کە بارگە کارەباییەکانیان هەڵگرتوە، بەمەش دەبێتە پێکهێنەری یەکەمی جۆرێکی نوێ لەو دەرمانەی ڕاستەوخۆ چارەسەری تێکچونی لێدانەکانی دڵ دەکات نەك نیشانەکانی.

یسری ڕەمەزان

ئینتەرنێت لە ڕێگای بێتەلەوە

دکتۆر شامل زەکەریا

تەکنیکی بەدەست خستنی زانیاریەکان بە شێوەیەکی زۆر خێرای سەرنج ڕاکێش پەرەی سەندووە بە جۆرێک کە دەتوانرێت گەشت بە نێو زانیاریەکانی تۆڕەی جیهانیدا بکرێت لە هەر کاتێك و لە هەر شوێنێکدا بێت بەبێ بەکار هێنانی هیچ تەلێك یان کێبلێك و یان سۆکتێك، ئەمڕۆ ڕێگای پەیوەندیکردن بە ئینتەرنێتەوە وا پەرەی سەندووە کە دەتوانرێت هەر لە ماڵەوە یان لە نووسینگە و شوێنی کارکردن و یان لە هەر شوێنێکی دیکەوە بێت پەیوەندی بە ئینتەرنێتەوە بکرێت بە هۆی کۆمپیوتەری گیرفانیەوە Pocket Computer بە بێ بەکارهێنانی کێبڵ و تەل و ئەوکەسە بە ئارەزووی خۆی پۆستی ئەلکترۆنی وەردەگرێت و دەینێرێت! ئێمە زۆرجار دەبینین کە کەسانێك لە ناو هۆڵی چاوەڕوانکردنی فڕۆکەخانەکاندا لاپەڕەکانی ئینتەرنێت هەڵدەدەنەوە لە ڕێگای کۆمپیوتەرە هەڵگیراوەکانیانەوە Laptop بەبێ ئەوەی کێبڵ و تەل بەکاربهێنێت، تەنها کار لەسەر یاریدەدەری دیجیتاڵی تایبەتی PDA دەکات واتە Personal digital assisant کە لەو ڕێگایەوە هەواڵی بۆرسە جیهانیەکان دەزانێت.

ئەو ئازادیەی گەڕان بە نێو زانیاریەکاندا لە ڕێگای تۆڕە بێتەلیە ناوچەییەکانەوە WLANەوە بە دەست دێت واتە Wirless local area network تەکنیکی تۆڕە بێتەلیە

ناوچەییەکان لە ڕێگای لەرلەرە ڕادیۆییەکانەوە RF کاردەکات لە جیاتی گەیاندنی تەل، بۆ ئەوەش دوو ڕەگەز پێویستە یەکەمیان بوونی کارتی کۆمپیوتەری بێ تەل و دووەمیان بوونی خاڵی بەیەک گەیاندن access point کە تۆڕە بێتەلیە ناوچەییەکە دەگەیەنێت بە تۆڕی ئینتەرنێت، کارتەکانیش ئەنتێنای ناوەکی و دەرەکیان هەیە و دەخرێنە نێو کۆمپیوتەری هەڵگیراو یان هەر ئامێرێکی دی کە هەڵگرتن و گواستنەوەی ئاسان بێت.

خێرایی گواستنەوەی زانیاریەکان کەم دەکات بە زیادبونی ماوەی نێوان بەکارهێنەر و خاڵی بەیەک گەیاندن، لە ناوچە کراوەکاندا ئەو ماوانە دەگاتە 300م بە تێکرایی و لە ناوچە داخراوەکاندا تێکرایی ئەو ماوەیە کەم دەبێتەوە بۆ 50م بە پێی جۆری دیوارەکانی ئەو ناوچانە. تۆڕە بێتەلیە ناوچەییەکان بە جێهێنانی زۆر و جیاجیای هەیە لە ماڵەکان و نووسینگەکان و شوێنە گشتیەکاندا بە مەبەستی زیاتر سەربەست بوونی بەکارهێنەرانی و هاتووچۆکردنیان لە نێوان شوێنەکاندا بە مەبەستی زیاتر سەربەست بوونی بەکارهێنەرانی و هاتووچۆکردنیان لە نێوان شوێنەکاندا بەبێ ئەوەی پەیوەندییان بە تۆڕەی زانیاریەکانەوە بپچڕێت! بۆ ئەوەش لە هەندێک لە بەجێهێنانەکاندا زیاد لە یەک خاڵی بەیەک گەیاندن هەیە بە مەبەستی ڕووپێوکردنی ڕووبەرێکی فراوانتر و هاتووچۆکردن لە نێو ئەو ڕووبەرەدا بە سەربەستی و بێ ئەوەی پەیوەندی بپچڕێت لەگەڵ تۆڕەی ئینتەرنێتدا. بە بەراوورد لەگەڵ تەکنیکەکانی دیکەدا، تەکنیکی تۆڕە بێتەلیە ناوچەییەکان بەسەر کەموکورتی تەکنیکەکانی دیکەدا زاڵ بووە بۆ نموونە تەکنیکی دانی شین blue tooth کە تیشکی خوار سور بەکاردەهێنێت مەوداکەی لە 20م تێپەڕنابێت و جگە لەوەش ناتوانێت بەربەستەکان ببڕێت. هەروەها تەکنیکی WLAN باشتریشە لە تەکنیکی UMTS کە زۆر تێچووەو بە فراوانی بەکارنایەت، تەکنیکی UMTSیش زانیاریەکانی تۆڕە بەدەست دەهێنێت لە ڕێگای مۆبایلەوە بەڵام زۆر بە هێواشی و خێراییەکەی ناگاتە خێرایی تەکنیکی WLAN.

*سیستەمە پێوانەییەکان:

ئەو ڕێکخراوە جیهانیەی کە بەرپرسە لە دارشتنی سیفەتە پێوانەییەکانی تۆڕە بێتەلیە ناوچەییەکان بریتیە لە پەیمانگای ئەندازیارە ئەلکترۆنی و کارەباییەکان کە لە ساڵی 1997 دا سیستەمی 802.11ی داناکە بە لەرلەری 2.4 گیگا هێرتز کاردەکات و ئاڵوگۆڕی زانیاریەکان دەکات بە خێرایی 2 میگابایت لەیەک چرکەدا، چاکسازی لەو سیستەمە پێواییەدا کراوەو لە ساڵی 1999دا دوو سیستەمی دی هاتنەکایەوە یەکێکیان 802.11 b یە کە بەلەرلەری 2.4 گیگا هێرتز کاردەکات و بە خێرایی 11 میگا هێرتز لەیەک چرکەدا

ئاڵوگۆڕی زانیاری دەکات و ئەوی دیکەیان سیستەمی پێوانەیی b802.11 یەکە بەلەرلەری 5 میگا هێرتز کاردەکات و بە خێرایی 54 میگا بایت کاردەکات.

زۆربەی سیستەمە بەکارهێنراوەکانی ئەمڕۆی ناو بازاڕەکان بریتین لە سیستەمی b802.11 چونکە پێکهاتنی سادەو ساکارەو نرخی گونجاوە، ئەو ئامێرانەی بە سیستەمی b802.11 کار دەکەن ناتوانن لەگەڵ ئەو ئامێرانەی کە بەسیستەمی 802.11 a کاربکەن لەبەر جیاوازی لەرلەرەکانیان، لەبەرئەوە لە ناوەڕاستی ساڵی 2003 دا سیستەمی پێوانەیی 802.11g هاتە کایەوە کە بە لەرلەری 2.4 گیگا هێرتز کاردەکات و بە خێرایی 54 میگا هێرتز زانیاریەکان ئاڵوگۆڕ دەکات و چاوەڕوانی بە جێهێنانی دواڕۆژی زۆری لێدەکرێت. ئەو لایەنەی کە بەرپرسە لە هەڵسەنگاندنی کاری ئەو ئامێرانەی تۆڕەی بێتەلیە ناوچەییەکان بریتیە لە یەککگرتوویەکی پیشەسازی بە ناوی WECA کە ئەو بەرهەمانەی لە پشکنینی ئەو یەککگرتووە دەردەچێت بە مۆری چاکێتی Wi- Fi مۆردەکرێن واتە Wireless- fidelity بۆ پاراستنی گواستنەوەی زانیاریەکان دژی دزین و سیخوڕیکردن بەسەر ئەو زانیارانەوە تۆڕە بێتەلیە ناوچەییەکان بەرنامە و کۆدی تایبەتی بەکاردەهێنن بۆ دڵنیابوون لە پێناسی بەکارهێنەرانی.

پنتەگەرمەکانیش hot Spots بریتین لەو شوێنانەی کە تەکنیکی ئینتەرنێتی بێتەل زۆر بە فراوانی و زۆری بەکاردەهێنن کە ئەوەش چەمکی ئازادی جوڵە و گەڕان بە دوای زانیاریەکانی تۆڕەی ئینتەرنێت بەرجەستە دەکات، کە بە پێی شیکردنەوە نوێیەکان ژمارەی پنتە گەرمەکان لە ساڵی 2005دا دەگاتە سەدان هەزار پنت، ئەمڕۆ ئەو پنتانە لە هۆڵەکانی چاوەڕوانکردنی فڕۆکەخانەکان و گازینۆکان و فندقەکان و چێشتخانەکان و نمایشگاکاندا بە ڕوونی دەبینرێت ئەوەی پێویستە بۆ تەکنیکی تۆڕە بێتەلیەکانی ئینتەرنێت تەنها ئامێرێکی هەڵگیراو کارتێکی بێتەل و پنتێکی گەرمە (واتە خاڵی بەیەک گەیاندن بە تۆڕەی ئینتەرنێت) ئیتر ئەو کەسە گەشتی خۆی دەکات بۆ نێو دەریای بێ سنوری زانیاریەکانی تۆڕەی ئینتەرنێت و پۆستی ئەلکترۆنی خۆی وەردەگرێت و دەنێرێت، کە ئەمەش یان خۆڕاییەو یان بە پێی ئەو نرخەی کە پنتە گەرمەکە دایدەنێت یان لە ڕێگای کارتی تایبەتیەوە دەبێت ئەمڕۆ ژمارەی پنتە گەرمەکان لە ئەمریکا و ئەورووپا و هێجگار زۆرە بەڵام لە وڵاتە عەرەبیەکاندا هێشتا لە سەرەتایدایە. ئەمڕۆ هەر لە ئینتەرنێتدا سایتی وای تێدایە کە شارەزات دەکات کە چۆن پنتەگەرمەکان بە دەست دێنێت لە کاتێکدا نیازی گەشتت دەبێت بەرەو وڵاتێک بۆ ئەوەی بەردەوام بەستراوەبێت بە تۆڕەی جیهانیەوە.

پەرچڤەی: لینا

تیشکی خۆر، وەك كارەبا

لە کالیفۆرنیا لەلایەن پارێزگاری کالیفۆرنیا (ئارنۆڵد شوێرس نیگر) لە پێشنیارێکدا بۆ ئەوانەی کە خانوو دەکەن یان دەکڕن ڕوونی کردەوە کە:

خشتی دروست کەری وزەی کارەبا لە تیشکی خۆر دەتوانن دەستەبەر بکەن بۆ کڕیارەکان. بە گوێرەی ئەم پێشنیارە کالیفۆرنیا دەتوانێت بڕی 2700 مێگاوات کارەبا لە تیشکی خۆر دروست بکات، بە تایبەتی لەو ساتانەی کە بە کارهێنانی کارەبا لە هەرەت دایە.

بەکارهێنانی خشتی بینار تەلارەکان وەك دروستکەری کارەبا لە تیشکی خۆر دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی گازی یەکەم ئۆکسیدی کاربۆنی زیان بەخش بە بڕی [illegible] ملیۆن تەن لەهەر ساڵێکدا..

N.O.A

ڕەئوف محەمەد

چاکردنەوەی شەقبوونی مەڵاشوو

Cleft Palate repair

دکتۆر کوردۆ ئەکرەم
نەشتەرگەری جوانکاری
نەخۆشخانەی فێرکاری
kurdo-qaradaghi@yahoo.com

شەقبوونی مەلاشوو بریتیە لە تێکچوونێکی زگماکی، کاتێك هەردوو نیوە ئێسکی ناودەم بەیەك ناگەن، بۆ ئەوەی ئێسکی تەواوی بنمیچی ناودەم پێکبهێنن، لە ئەنجامدا ناوەڕاستی بنمیچی دەم دروست نابێت، ئاو لووت لەناو دەمەوە دەردەکەوێت.

ڕێژەی شەق بوونی مەڵاشوو لە جیهاندا جیاوازە، ڕێژەی لە نوێبووی تۆقازییەکاندا (2 لە 1000)دا، لە پێست ڕەشەکاندا (3 لە 1000)دایە لە پێست سپیەکاندا (1 لە 750) دایە، بە گشتی شەق بوونی مەڵاشوو (1 لە 665) نوێبووی زیندوودا دەردەکەوێت دەرکەوتنی شەق بوونی مەڵاشوو، بە دووەم ڕێژە دێت لە مرۆڤدا لە دوای قاچ گیری زگماکی cleft foot.

هۆکاری دروست بوونی:

هێشتا هۆکاری دروست بوونی بە تەواوی نەزانراوە، بەڵام فرە هۆکار دەبنە هۆی دەرکەوتن، لە مانە هۆکاری بۆ ماوەیی، ژینگەیی، لەگەڵ هۆکاری کۆنیشانەیی Syndromatic.

هۆکاری بۆماوەیی:

شەق بوونی مەلاشوو لە هەندێك خێزاندا دووبارە دەبێتەوە، (ڕێژەی 25٪) کە بەبۆنەی زاڵ یاخود بەزیو دەرناکەوێت.

کاتێک شەق بوونی مەڵاشوو لە نوێبوویەک دا دەردەکەوێت هەلی دووبارە بوونەوە لە خێزانەکەدا زیاد دەکات، گەریەکێک لە باوان شەق بوونی مەڵاشووی لەگەڵدابێت، ئەوا هەلی دووبارە بوونەوە لە منداڵیاندا بەرێژەی 2٪ دەبێت، خۆ ئەگەر لەوەوپێش منداڵێکیان شەق بوونی هەبووبێت، ئەوا منداڵی دووەم بە رێژەی 14٪ شەق بوونی لەگەڵ دەبێت.

هۆکاری ژینگەیی:

ئاشکرابووە کە هەندێک دەرمان ئەگەر ژنی دووگیان بەکاری بهێنێت لە 3 مانگی سێ پرییدا، لەوانەیە ببێتە هۆی دروست بوونی شەق بوون وەک کهول، جگەرە، ڤالیۆم، دەرمانی دژە گەشکە، ئەسپرین، مادەی سترۆیدی، یاخود تووش بوون بە نەخۆشی ڤایرۆسی وەک نەخۆشی تۆکسۆپلازمۆز Toxoplosmusis یان سورێژەی ئەڵمانی Rubella

هۆکاری کۆنیشانەیی Syrdromotic شەق بوونی مەڵاشوو، لەوانەیە یەکێکبێت لە چەند نیشانەیەکی نەخۆشی Syndrom وەک لە PierrRobin دا ئاشکرایە (بریتییە لە شەویلکە بچووک، شۆڕبوونەوەی زمان بۆ ناو قورگ، شەق بوونی مەڵاشوو، گرفتی هەناسەدان)، یان بەشێک بێت لە تێکچوونی کرۆمۆسۆمی وەک لە کۆنیشانەی سێ دەستەیی کرۆمۆسۆم Trisom syndrome یان لە Alchol fetal syndrom یان DiGorgi syndrom.

رێژەی دەرکەوتن

بەگشتی لە نێوان (1 بۆ 600 بۆ 1 لە 1000) نوێ بووی زیندوودایە، بەڵام رێژەی شەق بوون زۆرترە لە کۆرپەی لەبارچوو یان ئەو کۆرپانەی بە مردوویی لە دایک دەبن

شەق بوونی مەڵاشو لەوانەیە لەگەڵ شەق بوونی لێودا دەرکەوێت، ئەوەش لە نێرینەدا زۆرترە و هۆکاری بۆ ماوەی و خێزانی تێدا ئاشکرایە.

شەق بوونی مەڵاشوو بە تەنها:

ئەم جۆرە لە مێدا زۆرترە، پەیوەندی بە هۆکاری بۆماوەی کەمترە.

شەق بوونی مەڵاشوو لەلای چەپ زیاتر لەلای لاڕاست دەردەکەوێت بەرێژەی (2بە1) ئەمەش رەنگە پەیوەندی بە دروست بوونی کۆرپەلەوەبێت.

کاتێک لە هەفتەی حەوتەیەمینی دروست بوونی کۆرپەلەوە، هەردوو نیوە ئێسکی مەڵاشوو لە باری ئەستوونیوە، دەسوورێنەوە بۆ باری ئاسۆی و بەیەکەوە دەنووسێن، لە پێشەوە بۆ پاشاوە، بۆ ئەوەی ئێسکی تەواوی بنمیچی دەم دروست بکەن. (Roof of mouth).

ئێسکی لای ڕاست زووتر دەگاتە باری ئاسۆیی وەک لە ئێسکی لای چەپ، بە واتایەکی دیکە ئێسکی لای چەپ زۆرتر مەترسی رێگر دەبێت بۆ ئەوەی بگاتە شوێنی ئاسۆی (وەک نەخۆشی بۆ ماوەیی، مایکرۆب، دەرمان...هتد).

ئەو کێشانەی کە لە نوی بوودا دەبێت کاتێک شەق بوونی مەڵاشووی هەبێت :

1-کێشەی خۆراک: نوێ بوو ناتوانێت شیر بە باشی بمژێت، چونکە ناتوانێت پەستان لەناو دەم بە باشی دروست بکات، هەرچەندە کێشەی قووتدانی نییە، بەڵام شلەمەنی لەناو دەمیەوە دەچێتە ناو لووت و گوێیەوە، چارەسەرکردنی ئەم

کێشەیە بە پێدانی شیری قوتوو دەبێت (چونکە مەمک هەردوو لووت و دەمی دەگرێت و گرفتی هەناسەی بۆ دروست دەکات)، بوتڵی تایبەت یاخود بوتڵی ئاسایی بەکاردێت کە کونی گەورە سەر لووتکەی بووتڵەکە هەیە، بۆ ئەوەی لە کاتی شیرپێداندا، شیر بڕژێتە ناو دەمی منداڵەکە بێ ئەوەی، ئەو هیچ جۆرە پەستانێک لەناو دەمدا بەکار بهێنێت، منداڵ بە شێوەی نیمچە ستوونی شیرپێدانی ئەنجام دەدرێت، نابێت بە هیچ جۆرێک تووشی بەدخۆراکی ببێت.

2-کێشەی گوێ

لەبەر ئەوەی ئەو ماسوولکانەی کە ناوپۆشی بنمیچی دەم دادەپۆشن کە بەجۆگەی ئوستاکییەوە نووساون لەم نەخۆشانەدا بەباشی دروست نەبوون و جێگەی تەواوەتی خۆیان ناگرنەوە، زۆر بە ئاسانی شلەمەنی لەناو دەمەوە دەچێتە گوێیانەوە، لەگەڵ کات دا تووشی هەوکردنی گوێی

ناوەڕاستیان دەکات بۆیە ئەم نەخۆشانە پێویستیان بە پزیشکی گوێ هەیە بۆ ئەوەی چارەسەری تەواو لەگەڵ پزیشکی نەشتەرگەری شەق بوونی مەلاشوودا ئەنجام بدات و نەمێڵرێت هەوکردنی درێژخایەنی گوێیان بۆ دروست بکات.

3-کێشەی هەناسەدان

ئەم منداڵانە دەبێت بە ووردی چاودێری هەناسەدانیان بکرێت هەرزوو چارەسەری بکرێت، چونکە مەترسی تووشبوونی گیرانی بۆری هەوایان هەیە بەهۆی زمانیانەوە یاخود بەهۆی هەوکردنی قورگ و گوێ و لووتەوە.

4-پتر لە 150 Syndrome هەیە کە شەقبونی مەلاشوو یەکێکە لە نیشانەکانیان. بەزۆری شەق بوونی مەلاشوو لەگەڵ تێکچوونی زگماکی کۆئەندامی ئێسک ماسولکە و لوولەکانی خوێن و دل دا دەبینرێن.

چارەسەرکردن:

کۆرپە پێویستە لەلایەن گرووپی پزیشکی چارەسەر بکرێت، کە چۆنیەتی نەخۆشیەکە روون بکاتەوە لەگەڵ دایک و باوکدا، چۆنییەتی خۆراکدان بە کۆرپە، چونیەتی پاراستنی هەناسەدانی منداڵ لە گەڵیاندا روون بکرێتەوە لەپاشان گرووپی سەپۆرتی خێزانی دەوریەکی زۆر باش دەبینێت پێویستە باری دەروونی دایک و باوکان چارەسەر بکرێت، بۆ ئەوەی هەست بە هیچ جۆر تاوان نەکەن بۆیان روون بکرێتەوە دەرکەوتنی کۆرپە لەم جۆرە تەنها برینی لە هۆکاری رووداوێکی رێکەوت

گرووپی پزیشکی چارەسەر لە پزیشکی منداڵان، پزیشکی نەشتەرگەری جوانکاری، کەسانی شارەزا لە بواری زانستی نەخۆشیی دەنگ، پزیشکی قورگ و گوێ و لووت، لەگەڵ پزیشکی ئێسک وددان. دەم و مەلاشوو لەگەڵ پزیشکی نەخۆشیەکانی دەروون پێکدێت

ئەگەر شەق بوونی مەلاشوو چارەسەر نەکرێت دووچاری چی دەبن؟

لە سەرەتادا دووچاری نەتوانینی مژین شیرو گەڕانەوەی شیر دەبن لە ڕێگەی لووتەوە، نەخۆش کەناڵی ئوستای بەباشی کار ناکات، ئەوەش دەبنە هۆی شلەمەنی لە گوێی ناوەڕاستدا کۆببێتەوە و بێتە دروست بوونی هەوکردنی گوێی ناوەڕاست، هەناسەدان گرفتیەکی زۆر گرنگە، هەندێک جار زمان دەچێتە بەشی دواوە دەبنە هۆی گرتنی بۆری هەناسەدان، قسەکردن و دەنگ دەگۆڕین وەك لەکاتی پیتە بزوێنەکان و بەلووت قسەکردن و روو دەدات، گوتنی پیت و ووشە بەشێوەیەك کەخۆی دروستیان دەکات و لەزماندا نین.

کەواتە کاتی نەشتەرگەری کەیە؟

چاککردنەوەی نەشتەرگەری شەقبوونی مەلاشوو لە مانگی 6 و 9 دا دەبن باشترین کات لە مانگی 12 هەمیەوە دەبێت ئەوکاتە بە چارەسەرکردن بە نەشتەرگەری سەرکەوتوو دەنگ دەبێتە ئاسایی بەڵام نابێت بەهەر هۆیەك بێت نەشتەرگەری دوا بخرێت لە دوای 18 مانگیەوە چونکە لەو کاتەوە زمان لەناو دەماغ دا چەسپاوە و بە چاکردنی مەلاشو دەنگ ناگەڕێتەوە باری ئاسای خۆی.

چەند جۆرێك نەشتەرگەری هەیە، هەندێك پێویستی بەوە هەیە کەی چەند مانگێك دەخایەنێت لە نێوانیاندا.

لە دوای نەشتەرگەری پێویستە نەخۆش شلەمەنی ساردەوەبووی بدرێتێ و ئاگاداری هەناسەدانی بین، دەرکەوتنی هەر خوێن ڕۆشتنێکی زۆر پێویستە زۆر بە زوویی چارەسەر بکرێت و پزیشك دژە میکرۆبی لەگەڵ دەرمانی دژە ئازاری بۆ بنوسێت.

بەکتریای لیگیۆنیلا

Legionella

د. پرشنگ

دۆزینەوەی بەکتریای Legionella لە هاوینی ساڵی 1976 دا دۆزرایەوە کاتێك کە نەخۆشی هەوکردنی سیەکان Severe respiratary illness لە فیلودیلفیا لە ئەمریکا دەرکەوت وەك درمێك epidemic.

زاناکان دوای گەڕان بە شوێنی هۆی ئەم درمەدا، دۆزیانەوە کە بەکتریایەك لە جۆری Legionella Pneumophile و خستیانە پۆلی Legionellaceae دوای ئەوە چەند جۆرێکی دیشیان دۆزیەوە و خستیانە ناو ئەم پۆلەوە.

ئەم بەکتریایە لە شێوەی چیلکەییە و گرام نێگەتیڤە و هەواییە aerobic, gram negative, rods ئەم بەکتریایە قامچیەکی درێژی هەیە کاتێك کە لە تاقیگەدا دەیروێنیت لەسەر خۆراکێکی ئاڵۆز دەتوانرێت پەرەی پێ بدرێت بۆ نیشکردن لەسەری لە تاقیگادا.

بەکتریای Legionella لە کوێوە دێت؛

ئەم بەکتریایە لە خۆلۆ ئاودا دەژی و بەهۆی ئاوەوە بە زۆری بڵاودەبێتەوە بە تایبەتی ئەو ئاوەی کە لە ناو ماڵەکاندا و بۆ خواردنەوە یا بۆ حەمام و دووش بەکاریەت، چونکە ئەم بەکتریایە لە پلەی 30 بۆ °45 گەشە دەکات پلەی دوای °60Cوە لەناو دەچێت، و کاتێك کە بۆ ماوەی 2 یا 7 ڕۆژ ماڵەکەت بەجێ دەمێڵیت یا بۆری ئاو بەکار نایەت ئەم بەکتریایە لە دەمی بۆریەکاندا بە تایبەتی لە هاویندا زیاد دەکات و یەك دڵۆپ لەم ئاوە زۆرە بۆ ئەوەی بچێتە هەواوە و ئیتر بەهۆی هەناسەدانەوە دەچێتە بۆری هەواوە لە وێشەوە بۆ ئاوسیەکان یا جۆگەی سورێنچك کە توشی هەوکردنی دەکات، هەروەها ئاوی ساردکەرەوەکان (میردات) یا تەنگی ئاو کە پلەی دەگاتە °45C.

کەواتە پێویستە کاتێك کە لە

ماڵەوە نابن بۆ ماوەیەك یا ئەگەر بەلوعەیەك لێی پچی چونكە ئەم بەكتریایە هەواییە لە دەمی دەرمەوەی بۆرییەكاندا هەیە ئەو شوێنەی كە هەوای بەردەكەوێت كەواتە بۆ ئەوەی لەم بەكتریایە دوركەوینەوە دەبێت بۆ یەك چركە ئاوەكە لەسەری بڕوا پێش ئەوەی بەكاری بهێنن. یا دەمی بۆریەكان پێش ئەوەی ماڵ چۆڵ كەیت و دوای ئەوەی هاتیشیتەوە بە كلۆری چر بشۆرێت

Virulence

خانەی Legionella دوو جۆر دژە تەنی هەیە یەكەم قامچیەكەی دووەم دیواری خانەكەی كە لە پرۆتین و چەوری و كاربۆهیدرەیت پێك هاتووە بەهۆی ئەم دژە تەنەوە مرۆڤ نەخۆش دەخات كە بە دو جۆر clinical، شێوەی هەیە.

1-شێوەی pneumonic كە لە سیەكاندا گەشە دەكات، مرۆڤ توشی نەخۆشی هەوكردنی سیەكان دەكات و بەم نەخۆشیە دەڵێن Legionares هەوكردنێكی زۆر بە توندی سیەكانە، نەخۆشەكە لەرزوتایەكی توندی لێدێت. دەگاتە 39C° پێی دەڵێن تای Legiohnaire's لەگەڵ ئەوەشدا كۆكە، سەریەشە، Dyspnea كە پێنج ڕۆژ دەخایەنێت وەك درم بڵاودەبێتەوە لە ئەمەریكا لە ساڵێكدا 25000 مرۆڤ توشی دەبێت، بەڵام ئەگەر وەك درم epidemic بڵاو بێتەوە ئەوا 14 ی مرۆڤ گیانی خۆی لەدەست دەدا لە كاتێكدا كە بەكتریاكە لە شێوەی سپۆردا بێت.

ئەم نەخۆشیە بە زۆری لە مانگی تەموزی تا مانگی ئەیلول دا بڵاوە.

2-شێوەی دووەم پێی دەڵێن تای پۆنتیاك Pontiac fever ئەم جۆرە بەهۆی جۆری L. pneumophila بڵاودەبێتەوە و لەوەی پێشووئاسانترە كە دوای 36 سەعات نیشانەكانی دەردەكەوێت لەرزوتاو سەریەشە هەروەك جۆری یەكەم بەڵام ئاسان ترە، ئەم جۆرە كەمترە وەك درم بڵاودەبێتەوە. هەندێك جار وەك هەڵامەتێك لە مرۆڤدا دەردەكەوێت دوای پێنج ڕۆژ چاك دەبێتەوە یا جاری واش هەیە توش بۆریەكانی كۆئەندامی هەناسە دەبێت و ماوەیەكی دورو درێژ دەخایەنێت.

دیاریكردنی Diagnosis

1-ئەم بەكتریایە Legionella لە شانە یا شلەی tissuea fluidای هەناسەداندا بەهۆی Biopsies لە بۆری هەناسە دەردەهێنرێت لە تاقیگەدا بۆیە دەكرێت و بەهۆی وردبینەوە دەتوانرێت لە ناو خانەكاندا ببینرێت.

2-بەهۆی Immunofluorcienاگەڕان بۆ دژە لە سیستمی تایبەت بە Legionella.

3-بەهۆی زیادكردنی و گەشەكردنی ئەم بەكتریایەوە لەسەر خۆراكی تایبەت بەم بەكتریایەوە كە لەدوای 3 یا 5 ڕۆژ لە پلەی 35C° لونێكای دەردەكەوێت.

4-گەڕان بەدوای ئەو دژە لەشە تایبەتەتیەوە كە بەهۆی ئەم بەكتریایەوە دروست دەبێت دوای 3 یا 4 ڕۆژ لە زەرداوی خوێندا ئەگاتە ئەوپەڕی چڕیەوە sing/ Seruimtiteerl

چارسەری كیمیایی Chemotherapy

لەبەرئەوەی زۆرترین جۆرەكانی Legionella (B-Lactamase) دەردەدات كەواتە سیفالوسپورین، پنسلین، تتراساكلین، ئیرسرومایسین لەگەڵ ریمفاپین ئەم ئەنتی بایوتیكانە بە هیوای بەسەریدا زاڵ دەبن و لەناوی دەبەن بەڵام هەندێك جار لە هەندێك مرۆڤدا ئەم بەكتریایە دژی یەكێك یا زیاتر لەم دەرمانانەیە، كەواتە دەبێت بەبێ پزیشك یا لە تاقیگەدا بزانرێت كام جۆری لەناوی دەبات.

خۆپاراستن لە Legionella

1-دەبێت ئاوی حەمام یا دوش كە بۆ ماوەیەك بەكارنایەت لە پلەی 60C° بێت بۆ ئەوەی ئەم بەكتریایە نەتوانێت گەشەبكات .

2-ئەگەر بەلوعەكانی ناوماڵ لێیان چوو دەبێت بە زووترین كات چاك بكرێتەوە بە تایبەتی لەهاویندا .چونكە ئەم بەكتریایە لە هەوادا گەشەدەكات ولە دەمی بۆریەكاندا دەژی كە هەوای بەردەكەوێت .

3-ئەگەر ماوەیەك ماڵت بەجێهێشت دەبێت بەلوعەكانت یەكسەر بەكار نەهێنی تا یەك خولەك با ئاوی لەسەر بڕوا یا باشتر وایە دەمی بەلوعەكانت بە كلۆر یا دیتۆل بسڕیتەوە تا ئەو بەكتریایە لەناو بچێت، دوای ئەوە بۆ ماوەیەك بەجێی دەهێڵیت پێش بەكار هێنانی.

پیشەسازی ڕۆشنبیری و داگیرکردنی جیهانی

نوسینی: دکتۆر حەبیب ئیمام

ئەمڕۆ بایەخێکی گەورە بە پیشەسازی ڕۆشنبیری دەدرێت. لەو ڕووەوە کە توانایەکی بەرزی هەیە لە ئامادەکاری ڕاو پێکهێنانی ئەقڵدا. هەنووکە مشتومڕ دەربارەی ئیمپراتۆرییەتە داگیرکارییە زەبەلاحەکان لە گۆڕێیە، بۆ دروستکردنی ئەو ڕۆشنبیرییەی توانای لە ئاسا بەدەری هەیە و کاردەکاتە سەر ڕووناکبیری لە هەموو ڕەهەندە ئاکاریی و فەلسەفییەکانییەوە...

پیشەسازییەکانی ڕۆشنبیری. هەموو ئەو ئەمێرە مادی وزە مرۆییانەیە کە کاریگەرییە هونەری و داهێنانەکان بەرهەمە ڕۆشنبیرییەکان لە توێی دیمەنە هەستپێکراوەکەیدا بەرجەستە دەکات و ئەوجا کۆپی دەکاتەوە، یان بە پێی پێوەری پیشەسازی و بازرگانییەکان بڵاوی دەکاتەوە بە ئامانجی گەشەپێدان و پەرەپێدانی کەلتوور ئەم پیشەسازییانە پشت بە پیشەسازییە زنجیرەییەکان دەبەستن. هەر ئەمەشە کەپلەی پەرەسەندن و ئاستی سەربەخۆییەکەی توانای ئامادەبوونی لە نێو کێڵگەی پیشەسازی و ئابووری گشتیدا دیاری دەکات.

زاراوەی پیشەسازییەکانی ڕۆشنبیری لە ڕووکەشدا بە پێویست هێما بۆ بەستنەوەی دووبابەتی دژ بەیەک دەکات، پیشەسازی لەلایەک. کەلتووریش لەلایەکی دی. لەوەدا کە لە پیشەسازی هەست بە بەرهەمە سوودبەخش و بەکاربردنەکان دەکەین وەک پیشەسازی چیمەنتۆ یان چنراوەکان. بەڵام کەلتوور، سەرنج و تێبینیمان بەرەو چێژی تایبەتی و تاکێتی دەبات، تێکەڵکردنی کەلتوور و تەکنیک یان تێکەڵکردنی خودی بابەت. لە ئەنجامی ئەو گۆڕانە بوونیادییانەوە پەیدابوو کە بەسەر پەیکەری کۆمەڵگە هاوچەرخەکاندا هات. بە جۆرێک کە توانای جیاکردنەوەی نەماوە لە نێوان پەرەسەندن و تەکنەلۆژیادا، یان لە نێوان گەشەپێدان و تەکنیکدا.

ئەم بارودۆخەی ڕۆشنبیری تێکەوتووە. مشتومڕێکی مەزنی لەنێو ڕۆشنفکران و فەیلەسوفان و ئابووریناساندا

خولقاندووە، بە تایبتی هەردوو فەیلەسوفی ئەلمانی (ئادۆرنۆ و هۆرکهایمەر) کە یەکەمین ئەو فەیلەسوفانەن مەسەلەی پەیوەندی رۆشنبیرییان بە پیشەسازی و تەکنیك و تەکنەلۆژیاوە وروژاندووە، لە نیو کۆمەلگە پەرەسەندووەکاندا، ئەویش لە تویی ئەو ئالۆزییە خستیانە روو کە خۆی لە: گەران بەدوای چ چارەنووسیکی کەلتووردا)) دەنوینیت. پییان وایە: ئەو پەرەسەندنەی تەکنەلۆژیا لە ولاتە پیشکەوتووەکاندا راڤەی کرد، بووە هۆی ئەو شتەی پیی دەلین: مایە پووچ بوونی رۆشنبیری و بزربوونی لەنیو قەپالی شمەکدا، کە هیچ جیاوازییەك لە نیوان بەرهەم و بەرهەمیکی دیکەدا ناکات، تەنها لەریی توانای ئامادەبوونیەوە نەبیت لە بازاردا، چ بەپیی دابینکردنی پیداویستیەکانی بنەما ئابوورییەکان یان بازرگانییەکان، ئیدی بەچاوپۆشین لەوەی ئەو بەرهەمە کەلتوورییە توانای پاراستنی جەوهەری مرۆیی و ئاکاریی و فەلسەفیەکەی هەبیت یان نا، بە جۆریك کە کاریکی هونەری و دەربرینیکی رۆشنبیری دەبیتە بەهایەکی بازرگانی ئەوتۆ کە توانای رەخنەیی و بنەما بنەرەتیەکانی لەدەست بدات.

فەیلەسوفە ئیتالی و ئینگلیزییەکان ئەم بابەتەیان خستە ژیرباس، فەیلەسوفە ئیتالیەکان چەمکیکی پراگماتی و گشتگی تریان پێ باشتر بوو، بۆ ئەوەش چەمکی (پیشەسازی مەعریفە- Knowledge industy یان دانا، بە مەبەستی وەستان لەسەر ئاستی بەشداریکردنی ئەم لقەی پیشەسازییەکان لە پەرەپیدانی بەرهەمی نەتەوەییدا.

بەلام دەبینین لە ئەلمانیادا (ئەنزنسبورگ)ی فەیلەسوف، سالی 1969 چەمکی پیشەسازی هوشیاری دانا، ئەویش بۆرەخنەگرتن لە سەرەتاکانی دەرکەوتنی تەکنیکەکانی بلاوکردنەوەی نوێ. هەرچی ئابووریناسەکانی قوتابخانەی (ستاندفۆرد)ە چەمکی (پیشەسازی راگەیاندن- Information industy) لە خۆدەگرن و لەنیو ئەم کیلگە پیشەسازییەدا هەموو ئامراز و تەکنیکە راگەیاندن و رۆشنبیرییەکان کۆدەکەنەوە، وەك دەماغە ئەلکترۆنیەکان و مانگە دەستکردەکان و تۆرەکانی پەیوەندی بینراو بیستراو، پەرەسەندنی تەکنیکی و تەکنەلۆژی پیکهینانیکی نوییان خستە نیو کەلتوورەوە، کە چارەنووسی کەلتووری بەو توانا مادییە نوییانەوە بەستۆتەوە کە بەرهەمی دەهینیت و رەواجی بۆ پەیدا دەکات.

کەلتوور و داگیرکردنی جیهانی

ولاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا بە گەورەترین بنکەی داگیرکاری پیشەسازییە رۆشنبیریەکان لە جیهاندا دادەنریت و هەر ئەویش جەمسەری بالا دەستە بەسەر بەرهەمی دیمەن و زانیارییەکاندا، ژمارەیەکی زۆر لە دام و دەزگا زەبەلاح و تایبەتەکانی لایەکی گەورەی بەرهەمی جیهانی و ینەی گرتۆتەوە. ئەم بارودۆخە چلیسی یابانیەکانی وروژاند، سەیریان کرد ئەوە زەمینەیەکی نموونەییە بۆ زامنکردنی وەبەرهاتووی قازانجدار، کەسوود و قازانجەکانی بە ملیارەها دۆلار دەژمیردریت، هەر لە ماوەی سێ سالدا یابانیەکان جێبەجێکردنی وەبەرهاتووەکانیان لە پرۆژە ئەمریکییە زەبەلاحەکاندا، بەبری 12 ملیار دۆلار یان راگەیاند، ئەو پرۆژانەی پەیوەندییان بە پیشەسازی رۆشنبیرییەوە هەیە، بە تایبەتی لە بواری باخچەی حەوانەوە کە ریگەی بە دەزگای مازۆشیتا دا کە دەزگایەکی ئەلکترۆنیکی گەورەی یابانیە دەست بەسەر گەورەترین کۆمەلەی سەیرانگا ئەمریکییەکاندا بگریت، لەوەدا سوودیکی گەورەی لە لیشاوی بەرنامە و ئامرازەکانی بەرهەمهینان

وەرگرت کە پیشەسازییەکانی کەلتووری ئەمریکی بەرهەمی دەهێنێت.

پیشەسازییەکانی ڕۆشنبیری بەرەو قۆناغێکی نوێ لاردەبێتەوە کە بەدەرکەوتنی کۆمەڵە پیشەسازی و بازرگانییە گەورەکان دەناسرێتەوە و لەلایەن ژمارەیەک سەرمایەدار هەڵدەسوڕێن کە ژمارەیان لە ژمارەی خودی ئەو کۆمەڵانە کەمترە و دەسەڵاتیان بەسەر هەموو جیهاندا درێژ دەبێتەوە، لە ڕێی نوێنەرە دەرەکییەکانیانەوە. دەزگای سۆنی و دەزگای مازۆشیتا (کەیابانین) و دەستەی گشتی کارەبا، هەستان بە کڕینی دەستەی ڕادیۆی ئەمریکا Radio Corporation America بە نرخی 30 ملیار دۆلار، لەوەدا پشتیان بە بڵاوبوونەوەی بەرفراوانی ڕۆڵی بەرهەمی سینەمایی و تەلەفزیۆنی و کێبڵەکانی پەخشی تەلەفزیۆنی و پیشەسازی (کاسێت) و پەرەسەندنی کەرتی بڵاوکردنەوە ئەستوور بوو؛ ئەم کۆمپانیا جیهانی و تایبەتیانە خاوەنی توانایەکی ئەندێشەین لە مژینی کەرتە پیشەسازییەکانی ڕۆشنبیری چ کۆنەکان یان هاوچەرخەکان. کاتێک تەلەفزیۆن یەکێک بوو لە گرنگترین ئەو پیشەسازییە کەلتوورییانەی ملکەچی یاسای بازاڕ بوو لە وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکادا، دەزگا بازرگانییە گەورەکان، ئەوانەی زانیاری و کاروباری خزمەتگوزارییان لادەبرد، سەرگەرمی چاودێری کردن و سەرپەرشتیکردنی بوون لە دەرەوەی چاودێری ئامێرە حکومییەکان.

بەو پێیەی ڕەهەندی بازرگانی و مۆرکی خزمەتگوزاری دووباڵ دەست بەسەر دەزگاکانی پیشەسازی ڕۆشنبیری دا، دەبینین کەرتەکانی دیکە، ئەوانەی پەیوەندییان بە بازگانییەوە نییە، لە ژێر کاریگەری ڕەهەندی (بازاڕ) دەرناچن، وەک هەردوو کەرتی پەروەردە و ڕۆشنبیرکردن، لەبەرئەوەی دەزگا تایبەتیەکان سستمێکی نیمچە پەروەردەییان داناوە بە مەبەستی کارکردنە سەر کەسی بەکاربەر، لە ڕێگەی ئامرازەکانی پەخشی جەماوەرییەوە، بۆ دەستگیرکردنی توانای ڕێنمایی کردن و خولاستە گشتییەکان و بەکارکردنی ئەقڵی بەکارهێن. هەر لە وڵاتە یەکگرتووەکان ئەمریکادا زیاتر لە 30 بنکەی بازگانی هەیە کە تایبەتن بە دروستکردنی زانیاری و بەرنامە هەمەڕەنگەکان کە لە کۆمەڵگەی ئەمریکیدا پشتگیری لە ڕەوتی بەکارهێن دەکات. دەزگای (سیرس-Sears) بە نموونەیەکی زیندوو دادەنرێت لە دروستکردنی ڕۆشنبیری و ڕاگەیاندن و توانای تایبەتکردنی شێوەی کۆمەڵگەی بەکارهێن، بێجگە لە ڕەهەندە زانیارییەکەی لە ڕووکەشدا بریتییە لە بانکی زانیارییەکان کە لە جیهاندا بە گەورەترین دەزگای دابەشکردن دادەنرێت، لە ڕووی ژمارەی کارەکانییەوە کە لە ساڵێکدا دەگاتە 50 ملیار دۆلار. ئەم دەزگایە خزمەتگوزاری زانیاری گشتی تێکەڵی خزمەتگوزاری ئەو زانیارییانە دەکات کە مۆرکێکی خێزانی و ناوماڵییان هەیە، بە جۆرێک فایلی 683 ملیۆن کەسی تاک و کۆ خێزانی لەناو یەکەیەکی ئەلکترۆنیدا کۆدەکاتەوە کە ژمارەیان دەگاتە 2500 ئەقڵی ئەلکترۆنی، وبەژمارەی پرۆسەکانی تۆمارکردن وهەڵگرتنەوە ژمارەی قازانجەکانی دەژمێرێت کە بە ملیارەها مەزەنە دەکرێت، لەم ڕێگەیەوە زانیاری دەربارەی هەموو بەشداربووان چۆنیەتی دەستگیرکردنیان و بواری بەرهەمهێنانیان پەیدادەکات، تەنانەت دەتوانێت ئەوەش بزانێت کە بەشدار بووەکە دەیەوێت بیکڕێت ولە بەرچیش ئەوەدەکات!

هەرچی کۆمپانیای(ئەی-تی-تی/ATT)یە، کە تایبەتە لە کەرتی خزمەتگوزاری و زانیارییەکان لە بواری قەرزو تەلەفوندا، توانی بایەخی ملیۆنەها بەشداربوو بۆ خۆی کێش بکات، چونکە کارتی بەکاربردنی دوولایەن دەخاتە ئەستۆی بەشدار بووان، لە نێوان خزمەتی خێزانی و کۆمەلایەتی و خزمەتەکانی دیکە کە مۆرکێکی کاری بازرگانیان هەیە، بێجگەلەوە، کارتێکی دیکەی بەشدار بوو بۆ کەسی بەشدار بوو دادەنێت کەپێی دەووترێت (سیستمی کۆبس-Citi Cops) بۆ سوودوەرگرتن لە بانکی زانیارییەکان دەربارەی ئالوگۆڕە بازرگانیەکان و پرۆسەکانی کڕین و فرۆشتن چ ئەوانەی تۆمارکراون یان لەبەردەستدان.

ژمارەی ئەمجۆرە کارتانە بە دەیان ملیۆن دەژمێردرێت، دەربارەی ئەم دیاردەیەش دەزگای خێرا بڵاوکردنەوە و ڕاگەیاندنی ئەمریکی Lamerican express publishing لە ڕاپۆرتێکدا ڕایگەیاند: ((ئێمە لەسەر کێڵگەیەک لە ئاڵتون

چوارمشقی دانیشتووین، چونکە بانکی زانیارییەکان کە (34.I) ملیۆن بەشدار بوو لە هەموو جیهاندا کۆدەکاتەوە، ئەوان لە ساڵی 1989 دا بەبڕی 9.99 ملیار دۆلاریان خەرج کرد، لە توانایدایە بزانێت هەڵگری کارتەکە چی دەوێت و دەیەوێت چی بکات و لە کوێش ئەوە بکات کە دەیەوێت بیکات..).

بازاڕکاری مەعریفە

بەگەڕخستنی پیشەسازی ڕاگەیاندن و زانیارییەکان تەنها لەسەر ئاستی ئابووری نەوەستاوەتەوە، بەڵکو هەروەها لە بوارەکانی سیاسەت و کۆمەڵگەشدا خراوەتە گەڕ، یەکێك لە توێژەرەکان هەڵسەنگاندنێکی بۆ ئەم دیاریدەیە کردووەو دەڵێت: زنجیرەی ئەو زانیاریانەی لەناو ڕێسای زانیارییەکاندا بەرنامە ڕێژکراوە، لە خودی خۆیدا مادەیەکی بنەڕەتییە، لە بنەڕەتدا بۆ ئامانج و مەبەستە بازرگانییەکان ڕێکخراوە، لەوەی کە توانی پێشبینییەکان راگیربکات و توێژینەوە بەئەنجامیدات بۆ چاودێریکردنی چاك بەڕێوەبردنی گشتی و تایبەتی، لەگەڵ ئەوەشدا، ئەمە تەنها بەشێکی کەمە لە بڕی ئەو زانیاریانەی لە بازاڕە نیشتمانی و جیهانییەکاندا خراوەتە ڕوو، چونکە ملیۆنەها ڕێسای زانیاری تایبەتکراو یان داڕێژراون، یان دەفرۆشرێن، سەدان لە مانەش لەلایەن بازرگانە گەورەکانەوە قۆرخ کراون.

بنکەی (مید داتا- Mead Data) رایدەگەیەنێت کە دووجۆری خزمەتگوزارییەکان لە ڕێگەی دوو بانکی زانیارییەوە فرۆشراوە، بانکی یەکەمیان کە ناوی (لکسیس- LEXIS)ە تایبەتە بە فرۆشتنی زانیارییە یاساییەکان، بەڵام بانکی دووەم کە ناوی (نکسیس- NEXIS)ە تایبەتە بە فرۆشتنی زانیارییە ڕۆژنامەوانییەکانی وەك ڕاپۆرت ڕووتارەکان. ئەم بنکەیە 240 هەزار بەشدار بوو لە خۆدەگرێت، لە نێویاندا گەورەترین دەزگا ئەمریکییەکان، دەزگایەکی دیکەش کە هیچی لە دەزگاکەی پێشوو کەمتر نییە و پێی دەڵێن دەزگای (دیالۆگ- Dialogu) نزیکەی 400 ڕێسای زانیاری کۆدەکاتەوە و هەڵدەستێت بە فرۆشتنی دەقە تەراوەکانی بڵاوکراوە ئابوورییەکان.

کەرتەکانی کتێبخانەکانی زانکۆکان و ڕاگەیاندنی ڕەسمی لە هەموو کەرتەکانی دیکە زیاتر کەوتۆتە ژێر کاریگەری ئەم پەرەسەندنە نوێیەوە لە وڵاتە یەککگرتووەکانی ئەمریکادا. لەبەرئەوەی ئێستا سەردەمی پێرستی گشتی بەسەرچووەو، وا سوود لە زانیارییە کۆکراوەکان وەردەگرێت، بەڵام تەنها لە ڕێگەی بەخاوەن بوونی کۆتاییەوە- Terminal، کە بە ڕێسای زانیارییەکانەوە گەیەنراوە، ئەمەش دەستکەوتنی پێدراوەکان بەبێ بەرامبەر دەکاتە کارێکی مەحاڵ. ئەوەی دوێنێ لە بەردەستی هەموو خەڵکێکدا بوو، ئەمڕۆ بۆتە شمەکێك کە مامەڵەی فرۆشتن و کڕینی لەسەر دەکرێت، ئەوەش کە بەندە بە ڕاگەیاندنی حکومییەوە، ئەوا حکومەتی ئەمریکی کە گەورەترین بەرهەمهێنی زانیارییەکانە لە جیهاندا، تەواوی بەرهەمەکانی دەخاتە ملی کۆمپانیا تایبەتەکانەوە، تاوەکو سەرلەنوێ ڕێکیبخەنەوەو بیفرۆشن، سەرەڕای ئەوەی کە ڕاپۆرتە زانستی و تەکنیکییەکانی ئەمڕۆ بۆتە جێگەی داگیرکاری ژمارەیەك لە کۆمپانیاکان.

ئازادی گوتاری بازرگانی

یەکێك لەو تێپەڕاندنە سەیرانەی ئێستا لە کۆمەڵگە پێشکەوتووەکانی جیهانی نوێدا سەقامگیر دەبێت، ئەوەیە کە دەزگاکانی ئاگاداری و پڕوپاگەندەکان، لە نێو هەڵمەتی بانگەشەکردنیان بۆ پاراستنی کاری ڕاگەیاندن، بەرگری لە ئازادی ڕادەربڕین دەکەن، کەسێکی وەك (فیلیپ مۆریس) کە گەورەترین بانگهێشتکارە لە جیهاندا، بەشێکی کارە بانگهێشتکارەکەی بۆ زامنکردنی یاسایەتی ئازادی تاك دەخاتە کار، بۆ هاوواتایی نێوان ئەو ئازادییەو یاسایەتی کاری ڕاگەیاندن و پڕوپاگەندەیی، واتە ئەم بەها نوێیە دەخەنە سەرووی لیستی بایەخەکان. لەم بارەیەوە بەڕێوەبەری کۆمەڵەی جیهانی ڕاگەیاند دەڵێت: ((ئەو ڕێکخراوە جیهانییەی کە یاریدەی حکومەت و ئەو تاکانە دەدات کە لە بواری پەیوەندیدا کاردەکەن، بۆ خۆی گوتاری بازرگانی دەپارێزێت)).

بەڕاستی دەزگای ڕاگەیاندن و پڕوپاگەندەکان توانیان پاراستنی یاسایی دەستگیر بکەن، هەروەك چۆن ئازادی ڕا دەربڕینی تاك پارێزراوە لەلایەن یاساوە. ئەو دەزگایانە هەر لە ساڵی 1980ەوە بوونە خاوەنی کەسایەتی یاسایی، ئەم پاراستنەش بەرەو داپۆشینی ئازادی ڕادەربڕین درێژ بۆوە

ئەم دەزگایانەدا. ئەم باڵا دەستیە توانای ڕادەربڕینی ئازاد و دەست ڕۆیشتنی ڕەهای پێبەخشی بۆ بەگەڕحستنی ئەرکە بازرگانیەکەی تەنانەت بەنێو کەناڵە گشتییەکاندا.

باجێکی گەورەی کۆمەڵایەتی

ئەو نرخەی کۆمەڵایەتی بۆ چارەسەرکردنی بازرگانی ئازادی پیشەسازییەکانی کەلتوور و پەیوەندی دەیدات، زۆرگەورەیە. چونکە دەبێتە هۆی تێکچوونێکی ترسناک لەناو بنەما دیموکراتیەکان، لە ئەنجامی کەرت بوونی کۆمەڵگە بۆ دووتوێژ، کە بە پێویست دژ بەیەکن، کۆمەڵێك توانای کڕینی زانیارییەکان و بەرهەمە ڕۆشنبیرییەکانی دەبێت و سوودی لێوەردەگرێت، کۆمەڵێکیش بێبەش و بێدەسەڵات، ئەمەش دەبێتە هۆی چەقگیر بوونی دەسەڵات لە دەستی خاوەن زانیارییەکان و داگیرکارانی گەشەکردنی ئەم نایەکسانیە دەبێتە هۆکاری زیاد بوونی جیاوازی کۆمەڵایەتی و زیاتر کەنەفت بوونی ڕۆحی ئاڵوگۆڕ و هاریکاری لە کۆمەڵگەدا.

تێپەڕاندنێکی سەیر دەربارەی بەکریستان بوون و پێکهێنان لەم جیهانە نوێیەدا هەیە، چونکە بەسەریەکدا کەوتنی زانیارییەکان تاڕادەی هەڵئاوسان بە بەرهەم و بەخشکردنەوە، پێداویستی ئارەزوومەندان دابین ناکات، لەلایەکی دیکەوە لێشاوێکی بەخوڕی پێدراوە نوێیەکان هەیە کە پێشتر ئامادەکراوە بۆ پێداویستیەکانی بازاڕ و یاسا بازرگانیەکان، کە تەنها لەبەر دەستی چینی بەختەوەراندایە.

ئەم بارودۆخە سەرنجی ئابووریزانەکانی کێش کردووە، کە بەدیدێکی ڕەشبینانەو بەسەر سوڕماوییەوە لە داهاتوو دەڕوانن. بەتایبەتی لەوەی حکومەتەکان دەستیان لە زۆری ئەرکە کۆمەڵایەتیەکان هەڵگرتووە و داویاننە دەست کەرتی تایبەت، کە هیچ بایەخێك بە پێدراوەکانی گۆڕەپانی تەندروستی و شوێنی نیشتەجێ بوون یان کارو فێرکاری و جیاکاری ڕەگەزی و بێکاری و کۆچکردن .. تاد نادات، لە هەمانکاتدا دەتوانێت ئەمجۆرە پێدراوانە بداتە دەست داگیرکارانی دیکە لە خاوەن سەرمایەکان

ئەو دەزگایانە هەڵپە بۆ دۆزینەوەی نوێ و تۆژینەوەکان دەکەن، لەم ڕووەوە زاناو تۆژەرانیش زەرەمەند بوون. چونکە لە دەرەوەی ئەم دەزگایانە، بەزەحمەت دەتوانن تۆژینەوەکانیان لە واقیعدا بەگەڕبخەن، بەڵکو دەبێت یەکێك لەو دەزگایانە لە خۆیانی بگرێت و بە هایان پێبدات، کە بەهایەکە لەلایەن خاوەن پیشەسازییە وردەکانەوە وەك پیشەسازی دەرمان و ئەندازەیی و بایۆلۆژی و ئەلکترۆنیەوە بە ئاسانی وەربناگرێت و داینارێژێت. یەکێك لەڕۆژنامە ئەمریکییەکان ڕەخنەیەکی لەسەر ئەم دیاردەیە بڵاوکردۆتەوە کە دەڵێت: پەستان و کێبڕکێی بازرگانی، ئاڵوگۆڕی فراوانی زانیارییەکان و بڕوانامە زانستیەکانی خستۆتە ژێر پرسیارەوە، ئەو پەستانە هەر لە زیاد بوونی بەردەوامدایە، چونکە کۆمپانیا گەورەکان هەڵپەی قۆستنەوەی تۆژینەوەکان دەکەن، وەك لە بوارەکانی بایۆتەکنەلۆژیا و مایکرۆئەلکترۆنیك و دەرمان و بۆشایی ئاسمان.

پەیوەندی پیشەسازی کەلتوور و پەیوەندیکردن بەسیستمی بازرگانی تایبەت و ئازادەوە دەسەڵاتی لە حکومەت و سیستمە ڕەسمیەکان سەندەوە، لەسەر گرنگترین ئامراز و دەزگا پیشەسازییەکانی زانیاری، ئەوەی بووە هۆی دەرکەوتنی بنکەکانی داگیرکاری و درێژبوونەوەی دەسەڵات گرتن بەسەر ئەوپەڕی دنیادا، و خۆی سەرە داوی دەست بەکاربردنی بە دەستەوەیە، لە دروستکردن و دیاریکردنی بەرهەمی ڕۆشنبیری کە تەنها مل بۆ پێویستیەکانی سەرمایە و لۆژیکی قازانج کەچ دەکات. لەسەر حسابی چین و کۆمەڵگە بەدبەختەکان، و لە سەر حسابی ئەو نەریت و بنەما و کەلتوورەی لە گۆڕێندایە، لەسەر حسابی خودی زاناو تۆژەران خۆیان، و لەسەر حسابی ئازادی و دیموکراتی بەناوی خودی ئازادی و دیموکراتیەوە، وا کۆمەڵگەیەکی نوێ لە وێڵگەکانی جەختکردنەوە لە کۆمەڵی نوێ بەدەردەکەوێت. لە کۆتایی ئەم سەدەیەدا چل ملیۆن کرێکاری ئەمریکی لەژێر پاسەوانێتی سیستمەکانی ڤیدیۆدا دەبن وحەوت ملیۆنی دیکەش ئێستا ئەوە پێکدەهێنن کە دەکرێت پێی بڵێین کۆمەڵگەی پاسەوانان کە دیلی پەنجە بەرکەوتنی ئامێرەکانی کۆمپیوتەرن، ئەوەی کەڵەگایەتی ئەم دیاردانە زیاد دەکات و بڵاوی دەکاتەوە، بریتیە لە کلۆربوون و لاوازبوونی واقیعی پیشەسازییەکانی ڕۆشنبیری لەو وڵاتانەی کەمتر پێشکەوتوون.

تارا ئەحمەد پەرچڤەی کردوە

نەخۆشی کــلاو ڕەش

Contagious Caprine Pleuro Pneumania CCPP

نوسینی دکتۆر فەرەیدون عەبدولستار
کۆلیژی پزیشکی ڤێتێرنەری
زانکۆی سلێمانی

پێشەکی/ کوردستان خاوەنی سروشتێکی شاخاوییەو بەوڵاتی بەفروچیا ناسراوەو خەڵکی کوردستانیش هەر لەدێرزەمانەوە خۆیان گونجاندووە لەگەڵ ئەم سروشتە شاخاوییە، لەهەمان کاتیشدا ئاژەڵی ئەم وڵاتەش بەهەمان شێوە خۆیان گونجاندووە لەگەڵ ئەم سروشتە شاخاوییەی کوردستان.

بزن یەکێکە لەو گیانلەبەرانەی کەزیاتر لەناوچە شاخاوییەکانی کوردستان بەخێودەکرێت لەلایەن گوندنشینەکانەوە، ئەمەش لەبەرئەوەی بزن توانایەکی باشی هەیە بۆ خۆگونجاندن لەگەڵ سروشتە سەختەکەی کوردستان و لەبەرئەوە بەئاژەڵێکی شاخاوی ناسراوە گەلێك نەخۆشی هەیە کەتووشی ئەم ئاژەڵە شاخاوییە دەبێت و یەکێك لەو نەخۆشییانە کە سەرچاوەکانی پزیشکیی ڤێتێرنەری بایەخی پێ دەدات، نەخۆشی((کلاو ڕەش))ە کەبەدوژمنێکی سەرەکی ئەم ئاژەڵە دادەنرێت و ساڵانە زەرەرێکی گەورەی پێ دەگەیەنێت.

نەخۆشی کلاوڕەش:

یەکێك لەو نەخۆشییە کوشندانەی کەبەشێوەیەکی سەرەکی تووشی بزن دەبێت و لەکوردەواریدا پێی دەوترێت((کلاو ڕەش)) و لەسەرچاوەکاندا پێی دەوترێت:

((Contagious Caprine Pleuro Pneumonia))
((CCPP))

-ئەم نەخۆشییە زیاتر لە((23))وڵات لەجیهاندا تۆمار کراوەو زیاتر لەوڵاتانی ئاسیاو ئەفریقیادا هەیە، بەتایبەتی

ئەو وڵاتانەی کە دراوسێی عێراقن لەوانە تورکیاو ئێران‌و سعودیەو ئوردن.

نەخۆشی کلاوڕەش زیانێکی گەورە بەسامانی ئاژەڵ دەگەیەنێت لەبەرئەوەی ڕادەی تووشبون دەگاتە((100٪))و ڕادەی لەناوچوون دەگاتە((50٪))و هەروەها یەکێکە لەنەخۆشییە ترسناکەکان چونکە ئەو ئاژەڵانەی کەهەڵگری هۆکاری نەخۆشییەکەیە بەسەرچاوەیەکی سەرەکی بڵاوبونەوەی نەخۆشی کلاوڕەش دادەنرێت لەناوچەیەکەوە بۆ ناوچەیەکی دیکە یان لەووڵاتێکەوە بۆ وڵاتێکی دیکەو بێ گومان بەپێی سەرچاوەکانی بەڕێوەبەرایەتی سامان‌و دروستی ئاژەڵ نەخۆشی‌یەکە لەکوردستانیشدا تۆمار کراوەو زیانی گەورە بە بزنی ئەم وڵاتە دەگەیەنێت.

-هۆکاری نەخۆشی‌یەکە:

هۆکاری نەخۆشی کلاوڕەش دەگەڕێتەوە بۆ زیندەوەرێکی ووردبین کەپێی دەوترێت:

مایکۆپلازما((My coplasma)) کەزیاتر لەحەفتاجۆری هەیەو لەئاژەڵ‌و مرۆڤیشدا نەخۆشی دروست دەکات. بۆ یەکەم جار لەساڵی 1891ز لەلایەن زانا((E.nocard)) مایکۆپلازما دۆزرایەوە بەتایبەتی لەو مانگا لاوازو بێ هێزانەی کەتووشی نەخۆشی:

((Contagious Bovine Pleuro Pneumonia))

((CBPP)) بوون

-مایکۆپلازما بەشێوەیەکی گشتی چەند خەسڵەتێکی هەیە:

یەکەم//بۆ یەکەم جار بەزیندەوەری مایکۆپلازما دەوترا

((Pleuro Pneumonia like Organism))

((pplo))

واتە ئەو زیندەوەرەی دەبێتەهۆی نەخۆشی هەوکردنی سی‌یەکان‌و پلورا لەبۆشایی سنگدا.

دووەم/مایکۆپلازما بەچەند شێوەیەك دەردەکەوێت واتە یەك شێوەی جێگیری نی‌یە لەوانەیەش: شێوەی خڕی هەیەو درێژکۆلەو.. هتد کە ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کەمایکۆپلازما بەشێوەیەکی گشتی توانای گۆڕینی شێوەی خۆی هەیە کە ئەمەش بەهۆی بوونی جۆرێکی تایبەت لەپرۆتینە لەپێکهاتیدا.

سێیەم/ پەردەی مایکۆپلازما لەسێ توێژ پێکهاتووە:

(Trilaminar) وئەبوونی ماددەی گرنگ پێپتایدۆ گلایکان(Peptidogly Can)لەپێکهاتەی دیواری خانەی مایکۆپلازمادا، لەگەڵ ئەوەی ئەم ماددەیە بەپێکهاتەیەکی سەرەکی‌و بنەڕەتی دیواری خانەی زیندەوەرەکان دادەنرێت، هەر لەبەرئەمەش دژە ژیانەکانی کۆمەڵەی B-lactam)) antibiotics)) وەکو پەنسلین‌و سیفالۆسپۆرین هیچ کاریگەرییەکیان لەسەر زیندەوەری مایکۆپلازمانی‌یەو بەمەبەستی چارەسەر بەکارناهێنرێن بۆ ئەو نەخۆشییانەی کەبەهۆی مایکۆپلازماوە دروست دەبێت.

-جۆرەکانی مایکۆپلازما:

-لەجۆرە بڵاوەکانی مایکۆپلازما بریتین لە:

1-My coplasma Agalactia دەبێتەهۆی نەخۆشی، Contagious agalactioa لەمەڕو بزندا.

2-My coplasma my coides subsp. Copri

دەبێتەهۆی نەخۆشی کلاوڕەش لەبزندا.

3-Mycoplasma my coidessubsp دەبێتە هۆی نەخۆشی کلاو ڕەش لە مانگا.

4-My coplasma hyopneumoniae دەبێتەهۆی هەوکردنی سی‌یەکان لەبەرازدا.

5-My coplasma gallisepticum دەبیتە هۆی نەخۆشی هەوکردنی تورەکە هەوایییەکان Airsacculitis لە پەلەوەردا

5-My coplasma Pneumonae دەبیتە هۆی هەوکردنی سییەکان لەمرۆڤدا.

لە نیشانە دیارەکانی نەخۆشییەکە:

نەخۆشی کلاورەش بەوە دەست پێ دەکات کەپلەی گەرمی لەشی ئاژەلی توشبوو بەرز دەبیتەوە(40-41) پ. س.

-ئاژەلی نەخۆش دەکۆکیت و تەنگە نەفەسی پیوە دیارە.

-هەندیك جار ئاژەلی تووشبوو بەلایەکدا دەکەویت و بۆ ماوەیەك دوای ئەوە هەلدەستیتەوەو دەست دەکاتەوە بەرۆیشتن.

-زۆرجار ئاژەلی تووشبوو بەدەم هەناسەدەدات و زمانی دەردەهینیت و دەمی کەف دەکات و لەکۆتاییدا مرداردەبیتەوە.

-لەنیشانە گرنگەکانی دوای مرداربونەوەی ئاژەلی توشبوو:

نیشانەکانی دوای مرداربونەوەی ئاژەلەکە((Gross Lesions)) زۆر گرنگە بەلای پزیشکانی ڤیتیرنەرییەوە چونکە لە ریگەیانەوە دەگەنە دیاری کردنیکی تەواوی نەخۆشییەکە((Diagnostic)) نیشانەکان زیاتر لەبۆشایی سنگیدا دەردەکەون بەتایبەتی لەسەر سییەکاندا و هەمیشە نیشانەکان لایەکی سنگ دەگریتەوە((Unilatral)).

-لەبۆشایی پلورا((Pleural Cavity)) بریکی زۆر شلەی تیدایە کەماددەی ڤبرینی تیدایەو لەئەنجامدا ئەم ماددەی ڤبرینە لەسەر رووی سی توشبوو دەنیشیت.

-سی تووشبوو رەق دەبیت((Consolidation))و شیوەکەی لەجگەر دەچیت ((Hepatization)).

-تویژی پلورا هەو دەکات((Pleuitis)).

-سی تووشبوو لەئەنجامدا رەنگەکەی رەش هەلدەگەریت و هەر لەبەرئەمەش لەناو خاوەن ئاژەلەکاندا پێی دەوتریت نەخۆشی کلاورەش.

-سی توشبوو لەریگەی پلورای هەوکردووەوە بە دیواری ناوەوەی پەراسووەکانەوە دەنوسیت((Adhesions)) کەئەمەش بیگومان بەنیشانەیەکی جیاکەرەوەی نەخۆشییەکە دادەنریت.

-زۆربەی گرێ لیمفاوییەکان گەورە دەبن و دەئاوسین.

-دیاری کردنی نەخۆشییەکە: دەبیت بەهۆی:

1-میژووی نەخۆشییەکە ((Case history)).

2-نیشانە دیارەکان لەپیش و دوای مرداربونەوە.

3-لەریگەی تاقیگەوە بۆ دەستنیشان کردنی هۆکاری نەخۆشییەکی.

چارەسەرکردن:

لەقۆناغە سەرەتاییەکانی نەخۆشییەکە بەکارهینانی دژە ژیانی تایلوسین(Tylosin) سودی هەیە دەبیتەهۆی کەمبونەوەی ژمارەی مردارەوە بوون لەنیو ئاژەلی تووشبوودا.

-ئەو سەرچاوانەی سودیان لی وەرگیراوە:

1-Radostits,O.M, Gay, C.C,Blood,D.C and Hinchcliff, K.W, 2000.
Veterinary Medicine qth edition

2-Timoney, J.F, Gillespie, J.H, Scott, F.W and Barlough, J. E. 1992 Hagan and Bruner's Microbiology and Infectious Diseases of Domestic Animals 8th edition.

3-الامراض المعدية 1983

-د.سعدی احمد غناوي

-د. عبدالاحد توما.

-د. احمد محمد خلف.

پرسیار و وەڵام لەسەر سێکس

دکتۆر صەمەد

پ1/ قۆناغەکانی وەڵامدانەوەی سێکسی لە پیاو ژندا کامانەن؟

-دەتوانین ئەو قۆناغانەی پرسیارت دەربارە کردون بکەین بە چوار بەشەوە:

قۆناغی یەکەم:

ئەو ئارەزوەیە کە لە سەرەتا لە مێشکی مرۆڤەکەدا دروست دەبێت بەرامبەر بە توخمەکەی دی، لەوانەیە ئارەزوەکە لە ڕێگای هێنانە بەرچاوی ئەوی دی بێت، یا وێنەیەك یا دەنگی یا ووشە.. یا هەرخۆی لەبەرچاوی بێت و ئارەزووەکە زیاتر پەرەدەسەنێت.

قۆناغی دووەم:

لەم قۆناغەدا ئارەزووەکە دەگاتە پلەی هرووژاندن کە تیایدا هرووژاندنەکە لە ڕێگای بوونی کەسەکەی دیەوە دەبێت کە بە زۆری کەسەکە خۆشەویستە و حەزو ئارەزو تێکەڵ بەیەك دەبن لە دەروندا دەگەنە لوتکە، یا هرووژاندنەکە لە ڕێگای بەرکەوتنی لەش یا ماچکردن باوەشە پێداکردنەوە دەبێت لەم قۆناغەدا ڕەپبوونی چوك لە پیاودا ڕوو دەدات و لە ژنیشدا هەندێك دەردراوی لینج لە زێیدا دەردەدرێت و لینجەییەك لە زێدا دروست دەکات کە هەندێك جار دەردراوەکە زۆر دەبێت ڕەنگە ببێتە هۆی ڕژاندن بەسەر جلەکانی ناوەوەیدا، هەروەها لە نێریش و مێش دا ڕەقبوونێکی دیار لە گۆی مەمکەکاندا دروست دەبێت و ئەم دیاردەیە زیاتر لە مێدا دەردەکەوێت و مێتکە ڕەق دەبێت و زۆرتریش ئەستور دەبێت و دەست دەکات بە کرژبون و بەرەو دوای جومگەی پێشەوەی ئێسکی حەوز دەکشێتە دواوە، سەرەڕای ئەوەی هەندێك لە بەشەکانی دەرەوەی کۆئەندامی زاوزێ لە ژندا ئەستوریان زیاد دەکات و قەبارەی مەمك تا ڕادەی چارەکێکی دیکە گەورە دەبێت. و ناوچەی دەرەوەی کۆئەندامی زاوزێ لەژن و پیاودا سور هەڵدەگەڕێت و تاڕادەی نیو ئەوەندەی دیکەی قەبارەکەی خۆی گون لە نێردا گەورە دەبێت و بەرەو سەرەوە بەرز دەبێتەوە، و لەوانەشە لە هەندێك لە ماسولکە گەورەکانی جەستەدا کرژبون و لێدان ڕوودەدات بە تایبەتی ماسولکەکانی حەوز و هەردوو ڕان، لێدانی دڵ خێراتر و زۆرتر دەبێت و تێکڕای هەناسەدان زیاد دەکات وپەستانی خوێن بەرز دەبێتەوە.

قۆناغی سێیەم:

بریتیە لە لەرزی تێربوون کە بریتیە لە لوتکەی چێژی سێکسی یا (ئۆرگازم)، لە پاشتردا هەستکردن بە کەمبونەوە و نەمانی پەستان ڕوودەدات و فەرامۆشیەکی خۆشی سێکسی دایان دەگرێت کە ئەمەش 3-30 چرکەیەك دەخایەنێت کە تیایدا کرژبون و خاوبوونەوەی خۆنەویست یەك لە دوای یەك لە ماسولکەکانی حەوز و ئەندامە سێکسیەکاندا ڕوودەدات، هەروەها کرژبوون و خاوبوونەوەی خۆنەویست لە بەشی دەرەوەی جۆگەی زێدا بۆ ماوەی 3-20 کرژبوون و خاوبونەوە ڕوو دەدات، هەروەها ئەو کرژبون و خاوبونەوەیە لە کونی کۆمی نێرو مێشدا لە هەمان کاتدا ڕوو دەدات.

لە ژندا زۆرجار لێدان و کرژبون و خاوبونەوە ماسولکەکانی منداڵنیش دەگرێتەوە کە لە بەشی سەرەوەی دەست پێ دەکات و بە ملی منداڵدان کۆتایی دێت. هەر لەوکاتەدا هەندێك کرژبون و خاوبونەوە ماسولکەکانی ناوچەی ڕووی دەموچاو و دەستەکانیش دەگرێتەوە، و پەستانی خوێنیش بۆ ڕادەی 30-40 سم جیوە بەرز دەبێتەوە، و لێدانی دڵ زۆر جار دەگاتە 160 ترپە لە یەك خولەکدا.

قۆناغی چوارەم:

قۆناغی سست بون و خاوبونەوەیە و جەستە دەگرێتەوە بۆ بارە سروشتیەکەی خۆی، کە تیایدا هەست بە ھورتاھی و بارەو بەخۆبوون دایان دەگرێت، هەندێك لەوانەی کە دەستپەر دەکەن هەستێکی نامۆی ناخۆشی لەم قۆناغەدا دایان دەگرێت، لەم قۆناغەدا پیاو ناتوانێت وازوو جارێکی دیکە بهروژێنتەوە، بەڵام ژن بەردەوام دەبێت لە هروژاندنەوە.

پ2/زۆرجار لە بواری هروژاندنی مێدا دەبیستین کە خاڵێك هەیە پێی دەوترێت خاڵی 2 مەبەست لەو خاڵە چییە؟

-مەبەستی سەرەکی لە پەیوەندی توندو تۆڵی ژن و مێردا تەنها تێرکردنی جەستەیی نیە، بەڵکو زۆر لەوە قوڵ ترە، پەیوەندی سێکسی بە پلەی یەکەم نزیك بونەوە و یەکتری ویستن و پەروەدانە بە خۆشەویستی. لە کاری سێکسی دا زۆرجار ژن یا پیاو یەکێکیان ئاگاتە لوتکەی ئۆرگازم کە وەك باسمان کردوە، لوتکەی چێژ وەرگرتنە بۆیە لەسەر لاکەی دی پێویستە زۆر بایەخ بەو لایەنە بدات بەتایبەتی کە زۆربەی جار پیاو دەگاتە ئەو لوتکەیە، بەڵام هێشتا ژنەکەی لە سەرەتاشدا نیە چونکە بەپێی لێکۆڵینەوە زانستیەکان لە 30/- 40/ لە جارەکانی جوتبوندا ژن دەگاتە ئۆرگازم و خاڵی 2 ئەو حاڵەیە کە زانا G.Crest دۆزیەوە و بەناوی خۆیەوە ناونرا کە تیایدا ژن دەگاتە ئۆرگازمی زێیی، چونکە لە دیوارەکانی پێشەوەی جۆگەی زێ، شانەیەکی ڕژێنی هەیە دەوری جۆگەی میز دەدات پێی دەوترێت ڕژێنی سکینز (Skenes gland) کە ئەمەش بەرامبەر ڕژێنی پرۆستاتی پیاو دەوەستێتەوە، ئەم ناوچەیە زۆر هەستدارە بۆ پەستان خستنە سەر و دەکەوێتە دوری دوو گرێ لە دەرچەی زێی دەرەوە، و زاناکان ناویان ناوە خاڵی ج (G. point) هروژاندنی ئەم ناوچەیە لە ڕێگای پەستان خستنە سەرەوە وا دەکات کە خوێن بە هروژم بچێتە ناوی و گەورە ببێت و جۆرە ڕەپبونێکی تیایدا ڕوبدات و ئەوەش وای لێ دەکات توانای هروژاندنی زۆرتر ببێت، کە لە پاشدا دەبێتە هۆی ئۆرگازمی زێیی.

پ3/ ئایا جووتبوون و دووبارەکردنەوەی ڕژاندن بە زۆری کار دەکاتە سەر کەمکردنەوەی تۆواو لە پیاودا؟ و ئایا لە وەرزەکاندا جیاوازی هەیە؟

-دوبارەکردنەوەی جووت بون و ڕژاندنی تۆو بەپێی وەرزەکان ناگۆڕێت، بەڵام تاڕادەیەك لە بەهاران و سەرەتایی هاوین دا مرۆڤ زیاتر ئارەزوی جوتبوون و ڕژاندنی تۆو دەکات لەبەرئەوە دەرکەوتوە لەو دوو وەرزەدا توانای سێکسی تا ڕادەیەکی باش زیاتر دەبێت.

دەربارەی بڕی تۆواو، تاقیکردنەوەکان دەریانخستوە کە دوبارەبوونەوە بۆ چەند جارێك لە هەفتەیەکدا بڕی تۆو دادەبەزێن بۆ نمونە لە دوجاردا بڕی تۆواو تا ڕادەی 29٪ کەم دەکات و لە سێ جاردا بڕی تۆواو تاڕادەی 41٪ کەم دەکات لە هەفتەیەکدا. هەرچەندە ئەمەش بەپێی توانای کەسەکە و جۆری کارو خواردن و وەرزش دەگۆڕێت.

پ4/ ئایا بەکارهێنانی حەپی دژبە سکپڕی لە پاش وەستاندنەوە لە بەکارهێنانی دەبێتە هۆی منداڵ نەبون.

-حەپی دژە سکپڕی لەو مانگانەی ژن دەیانخوات منداڵ دروست نابێت، بەڵام پاش وەستاندنەوە لە بەکارهێنانی ئەو حەپە بە مەبەستی سکپڕبوون دەبێت بۆ ماوەی 4-5 مانگ چاوەڕێ بکرێت تا سەر لەنوێ توانا دەگەڕێتەوە بۆ هێلکەدان

بۆ ئەوەی دەستبکەنەوە بە دەرپەڕاندنی هێلکە، (هەر مانگەی یەك هێلکە یا زیاتر) ئەگەر ژنەکە بە تەواوی جوتبوونی لەگەڵ مێردەکەیدا کرد و سکی پڕنەبوو لە ماوەی 6 مانگ و زیاتر دا ئەوە مەرج نیە هۆکارەکە ئەو حەپانەبێت کە لەوەوپێش بەکاری هێناون، بەڵکو زۆر هۆکاری دیکە هەیە کە لە ژندا دەبێتە هۆی منداڵ نەبوون یا زۆر جار هۆکارەکە لە پیاوەکەوەیە پێویستە ژن لەو ماوەیەدا خۆی پیشانی پزیشکی پسپۆڕ بدات بۆ ئەوەی شیکاری هۆرمۆنی بۆ بکرێت هەروەها بە سۆنەر تەماشای هێلکەدان و منداڵدانی بۆ بکرێت بۆ ئەوەی بزانرێت ئاستی هۆرمۆنەکان یا تێکچوونیان لە چیدایە، هەروەها بۆ ئەوەی بزانرێت چ گۆڕانێك لە هێلکەدان و منداڵدانی دا ڕوویداوە ئەگەر ئەوانە هەموویان بەڕێکوپێکی هاتنەوە ئەوسا پێویستە پشکنین بۆ پیاوەکەی بکرێت. تا بزانرێت بڕی تۆوی زیندوی چالاکی لە چیدایە.

پ5/ئایا بوونی پرۆلاکتین لە خوێنی ژندا بەردەوام کاری لەسەر سك پڕنەبوون هەیە؟

-هۆرمۆنی پرۆلاکتین، ئەو هۆرمۆنەیە کە لەلایەن ژێر مێشکە ڕژێنەوە دەڕژێت و کارەکەی بریتیە لە هاندانی مەمکە ڕژێنەکان بۆ ئەوەی دەست بکەن بە دروستکردنی شیر یا خۆیان ئامادە بکەن بۆ ئەو مەبەستە کاتێك کە ژنەکە سکی پڕە. بەڵام زیادبوونی ئەو هۆرمۆنە لە خوێندا کە کاتێك ژنەکە سکی نیە، لە زۆر ژندا دەبێتە هۆی تێکدانی سوڕی مانگانە و دانانی هێلکە، لەبەرئەوە دەبێتە هۆی سکپڕنەبون، بۆیە واباشە کە ئەو ژنانەی دەیانەوێت سکیان پڕبێت و بۆ ئەو مەبەستە چاوەڕوان دەکەن، واباشە لێنۆڕینی ڕادەی هۆرمۆنی پرۆلاکتینیش لە تاقیگە ئەنجام بدەن تا بە تەواوی پزیشك بزانێت ئاستی ئەو هۆرمۆنە لە خوێنەکەیدا چەندە و لەسەر ئەوە بڕیاری خۆی بدات.

پ6/ بۆچی هەندێك ژن لە کاتی جوتبوندا زێیان بە وشکی دەمێنێتەوە و تەڕ نابێت؟

-وەك چەند جارێکی دی لەم بارەیەوە قسەمان کردوە، تەڕ بوونی ناو زێی ژن بەهۆی ڕژاندنی کۆمەڵە مادەیەکی لینجی باوەوەیە کە چەند ڕژێنێك دەیڕێژن و پیان دەوترێت ڕژێنەکانی پارسۆلین، ڕژاندنی ئەم مادە لینجانە بە پلەی یەکەم بەندە بە سروشتی هوروژاندن لە ژنەکەدا زۆر جار پیاو تەنها بۆ تێرکردنی ئارەزوەکانی خۆی پەلە دەکات وبیر لە ژنەکە ناکاتەوە کردارەکەی نابێتە هۆی وروژاندن بۆی لەبەر ئەوە ئەو ڕژێنانە دەردراوی خۆیان نارێژنە وناوچەکە بە وشکی دەمێنێتەوە

و زۆر ژنیش سروشتیان وایە کە زیاتر بەمیاریکردن و دەست تێوەردان دەهرووژێن بۆیە پێویستە پیاو پێش کارە سێکسیەکە کە لە ڕێگای پەنجەوە هروژاندن لەناوچەکانی زێ دا دروست بکات.

سەرەڕای ئەمە، بەکارهێنانی هەندێك لە جۆرەکانی حەپی دژەسکپڕی دەبنە هۆی وشك هەڵگەڕاندنی زێ و ئەرژاندنی دەردراوە لینجەکان بۆیە واباشترە بۆ ئەو ژنانەی ئەو حەپانە بەکاردەهێنن بچنە لای پزیشکەکەیان بۆ ئەوەی بۆیسان بگۆڕێت بۆ حەپی دی بە بڕی کەمتریش جگە لەوەش ژن کە دەچێتە تەمەنەوە بە تایبەتی لە دوای تەمەنی نائومێدی (45-50) و دواتر توانای ڕژێنەکان تیایدا کەم دەبنەوەو ئیتر ناتوانن وەك جاران ئەو دەردراوە لینجانە بڕێژن.

بۆ بەکارهێنانی مادەی نەرم کەرەوەش وەك کرێم و لەم بابەتە دەبێت بە ڕێکەوتن بێت لەگەڵ ژنەکەدا و ئەگەر کرێمەکە دروستی بێت زیانی نیە.

پ7/چی دەبێتە هۆی زیادبوونی ئارەزوی سێکس؟

-گرنگترین هۆکار لەم بارەیەوە هۆکاری دەرونیە چونکە وەك چۆن ئەم هۆکارە دەبێتە هۆی لاوازی سێکسی یا پەککەوتن، ئاوەهاش ڕۆڵێکی گەورەی هەیە لە زیادکردنی ئارەزوی سێکسی بە تایبەتی بەهۆی بەرەنگاربوونەوە لەگەڵ کارتێکەرە سێکسیەکان لە ڕێگای هەستەکانەوە وەك چاو یا گوێ یا بەرکەوتن یا بۆنکردن هتد...

لەپاشتردا هۆکاری هۆرمۆنی کاریگەری خۆی هەیە بە تایبەتی لەکاتی تێکچوونە هۆرمۆنیەکاندا وەك زیادبوونی هۆرمۆنی ڕژێنی دەرەقی کەلە سەرەتادا دەبێتە هۆی زیادکردنی ئارەزوی سێکسی و لە پاشتردا سروشتی دەبێتەوە.

سەرەڕای ئەمە لە حاڵەتی نەخۆشی مانیا Maniaکە نەخۆشیەکی دەرونیە و تیایدا ئارەزووی سێکسی تا ڕادەیەکی زۆر بەرزدەبێتەوە و دەگاتە لوتکەی هروژاندنی سێکسی بەشێوەیەك نەخۆشەکە ئەگەر کچ بوو پەلاماری ئەو پزیشکە دەدات کە چارەسەری دەکات و دەیەوێت باوەشی بۆ

بکاتەوە و تەنانەت سێکسی لەگەڵدا بکات و بە پێچەوانەوە ئەگەر کوڕ بوو هەوڵ دەدات باوەش بۆ هەر کچێك بکاتەوە و ماچی بکات کە توشی دەبێت، نەخۆشەکە بە زۆری لە حاڵەتی پێکەنین و بەختیاری و تریقاندنەوەیەکی لە ڕادەبەدەردا دەبێت.

سەرەڕای ئەمانە لە کوڕدا زیاد دروست بوون و ڕژاندنی هۆرمۆنی تێستۆستیرۆن کە نێوان خانەکانی لایدگ لە گوندا دەری دەدەن و هۆرمۆنی ئێستڕۆجین کە چیکڵدانەکانی هێلکەدان لە مێدا دەری دەدەن زۆر جار ئەم حاڵەتانە دروست دەکەن.

بۆ چارەسەری ئەم حاڵەتانە پەنابردنە بەر دەستپەڕ کارێکی باش نیە و بە پێچەوانەی ئەوەی کە دەوترێت گوایە دەبێـە هـۆی هێورکردنـەوە و دابـەزاندنی ئارەزووەکـە دەبێتـە هـۆی زیـاتر هروژانـدن سـەرەڕای ئـەوەی لـە مێدا زیـان بـە پەردەی کچێنی دەگەیەنێت و لە کوڕیشدا دەبێتە هۆی سور هەڵگەڕاندنی چوك و گون و زامداربوونی ڕاسترین ڕێگا پەنابردنە بەر خۆ خەریك کردن بەکارێکەوە و دورکەوتنەوەیە لەو شتانەی دەبنە هۆی هروژاندنی سێکسی وەك سەیرکرنی وێنە و فیلمی سێکسی، بەڵکو پەنابردنە بەر خوێندنەوەی کتێبی بەسود و چوونە ناو خەڵك و دورکەوتنەوە لە گۆشەگیری.

پ8/مەبەست لە ڕۆشنبیری سێکسی چییە؟

–هەموو ئەو باس و ڕێنمایی و تۆژینەوانە دەگرێتەوە کە دەربارەی ناسینی باری تەندروستی سێکسییە لەسەر بنەمایەکی زانستی دوور لە زانیاری هەڵەو خورافی، و ئەمەش بەپێی کۆمەڵەکان لە گۆڕاندان بەو پێیەی تا ئاستی کۆمەڵایەتی و ڕۆشنبیری و ئابوری کۆمەڵ بەرزبێتەوە ئەوەندە باسکردنی ئەندامە سێکسیەکانی مرۆڤ و تەندروستی و تێکچوونی و کێشە سێکسیەکانی نێر و مێ سروشتی تر دەبێت، چونکە هێشتا لە کۆمەڵێکی وەك کۆمەڵی کوردەواری ئێمەدا باسکردنی ئەم بابەتانە بە گەلێك تەم و مژ و نا ئاشکرای تەواو دا دەپۆشرێن، باسکردنی کۆئەندامەکانی زاوزێی نێرومێ باسکردنی سروشتی جەستەی مرۆڤە چونکە وەك چۆن مرۆڤ دەتوانێت بە ئەو پەڕی ئاشکراییەوە دەربارەی بەشەکانی دیکەی جەستەی بدوێت وەك چاو گوێ و کۆئەندامی هەرس و هەناسە و خوێن، ئا ئاواش پێویستیەتی کە دەربارەی ئەو کۆئەندامە بدوێت و زانیاری تەواویان لەسەر بزانێت، چونکە بەشێکی زۆری ئەو هەڵەو کێشانەی مرۆڤ لەم بارەیەوە دوچاریان دەبێت لە ئەنجامی نەزانینی تەواوی ئەم بابەتە گرنگەوە دێت. کۆکردنەوەو وەرگرتنی زانیاری تەواو دەربارەی ئەم کۆئەندامە و کێشە و تێکچونەکانی، یاریمتیدەرێکی گرنگە بۆ ئەوەی مرۆڤ شارەزای خودی خۆی و لە پێکهاتەو ئارەزووەکانی خۆی بێت. و لە پاشتردا بزانێت چۆن دەتوانێت کۆنترۆڵی خۆی و ئارەزووەکانی بکات و بەتایبەتی لە هەلومەرجی پەروەردەیی و ئاکاری و کۆمەڵایەتی و ئاینی دا بەشێوەیەك کە نەبێتە کەسێکی لادەر لە عورف و نەریتی کۆمەڵایەتی. بۆیە لە زۆر لە کۆمەڵە پێشکەوتوەکانی دنیادا هەر لە سەرەتایەکی زووی خوێندنەوە ئەم بابەتە دەکرێتە وانەیەك و بە قوتابی و خوێندکار پلە بە پلە دەوترێتەوە. تۆژینەوە نوێیەکان ڕونیان کردۆتەوە کە چارەسەری زۆربەی ئەو کێشانەی لەم بارەیەوە تووشی مرۆڤ دێن لە ڕێگای ڕۆشنبیرکردن و پێدانی زانیاری تەواوەوە جیبەجێ دەبن، بەپێچەوانەوە، نەبونی زانیاری لەسەر ئەو حاڵەتانە یا وەرگرتنی زانیاری هەڵە لە خەڵك و سەرچاوەی ناڕاستەوە. سەرەڕای ئەوەی وەرگرتنی زانیاری بە شێوەیەکی زانستی راست مرۆڤ لە دڵە ڕاوکێ و هەست بە نا ئارامی و دوودڵی دور دەخاتەوە ئەو بابەتانەش کە پێویستە جەختیان لەسەر بکرێت لە بواری ڕۆشنبیری سێکسیدا بریتین لە (لایەنەکانی توێکاری جەستەی مرۆڤ و ئەندامە سێکسیەکان و فەرمانەکانیان) و (باڵق بوون و ڕوخسارەکانی) و (سکپڕبوون و منداڵ بوون) (نەخۆشیە سێکسیەکانی و لادانەکان) هروژاندنە سێکسیەکان و قۆناغەکانیان هەر یەکێك لەم بابەتانە دەتوانرێت ئەو زانیاریانەی تیایدا پێشکەش دەکرێن بگونجێن لەگەڵ تەمەن و قۆناغی ئەو منداڵ و هەرزەکار و گەورەیەی کەپێی دەدرێت بەشێوەیەك کە زیادە ڕەوی تیادا نەکرێت، چونکە پێدانی زانیاری بەیەك جار شتێکی راست نیە پێویستە قۆناغ بە قۆناغ و هەنگاو بە هەنگاوبن.

دەبێت منداڵ و هەرزەکار لە سەرچاوە پڕ هەڵەکانی زانیاری سێکسی ڕووت لە ڕێگای فیلم و CD وDVD و سەتەلایت و ئینتەرنێتەوە بەدور بگیرێت چونکە ئەوانە بەهای

جوانـی سێکس و زانیارییەکانی لـە مێشـکدا دەشـێوێنن و تۆوی نەخۆشی و لادان و تێکچوونەکان دەچێنن

پ9/لە چ بەشێکی گوندا تۆو دروست دەبێت؟

–لـەناوگوندا کۆمـەڵێك بۆریچکـەی ورد هەیـە پێیسان دەوترێـت تـۆواوە بۆریچکـە ئـەم بۆریچکانـە شـوێنی دروستکردنی تۆون.

پ10/ئایا بوونی تاکە گونێك بەسە بۆ ئەوەی تۆو دروست بێت و مرۆڤ منداڵی ببێت؟

–بەڵێ، زۆر کەس هەن لە جیهاندا تاکە یەك گونیان هەیە و ژمارەیەکی باش منداڵیان خستۆتەوە، نەك هەر ئەوە بەڵکو ئەگەر تەنها چارەکێکی ئەوتاکـە گونـەش مـابێت توانـای دروستکردنی تۆو زۆرەو بێ گومان منداڵ خستنەوەش.

مرۆڤ لە هەموو کردارێکی جوتبوندا نزیکەی سەد ملیۆن تـۆو دەرێژێـت، تەنها یـەکێکیان هێلکـە دەپیتێنێـت. ئەگـەر مرۆڤ توانـی لـە هـەر (1ملـم3)ی تـۆواودا نزیکـەی دە هـەزار تۆوی هەبێت ئەوا ئەگەری پیتاندنی هێلکەی هەیە. توانای سـەرەکی تۆویش لـە جوڵەی خێرا و توانای کونکردن چونـە ژورەوەیەتی بۆ ناو هێلکە.

پ11/ئایا تۆوەکان ڕاستەوخۆ لە کـاتی هەڵداندا لـە گونـەوە دێنە دەرەوە؟

–تۆو لە گوندا بە تەواوی پێ ناگات بەڵکو لە گونەوە دێتە دەرەوە و دەچنە ناو پێکهاتوویـەکی شێوە بۆریچکەوە کە لـە کلاڤەی دەزو دەچێت و دەکەوێتە ناو تورەکەی گونـەوە پـێی دەوترێت بریخ لەم پێکهاتوەدا تۆوەکان پێ دەگەن و چونکە توانای جوڵەو سمینی هێلکە یان بۆ دروست دەبێت لە پاشدا دەچنە پێکهاتوویەکی شێوە تورەکەییەوە پێی دەڵێن تۆواوە چیکڵدانە کە لەوێدا دەمێننەوە و ئامادە دەبن بۆ دەرپەڕین لە کاتی جووتبوندا.

جێی ئاماژەیە تۆواوە چیکڵدانە خۆراکی تایبەتی دەدات بۆ تۆوەکان کە لە بەشێکی زۆری شەربەتی سێوە بۆ ئەوەی تۆوەکان گەشەبکەن و چالاك بن تا کاتی دەرپەڕین.

پ12/تـا چـەند تۆوەکـان لـە لەشـی مـێدا بەزیندویـەتی دەمێننەوە؟

نزیکەی 48–72 سەعات.

پ13/ڕۆڵی ڕژێنەکانی کۆپەر و پرۆستات لە کۆئـەندامی نێردا چین؟

–کۆپـەر و پرۆسـتات دوڕژێنـن، دەردراوێـك دەردەن کـە بەشـێکی زۆر لـە تـۆواوی مـرۆڤ پێکدەهێنێـت و تۆوەکـان مەلـەی تێدا دەکەن، ئـەم تـۆواوە، کـە لـە ڕێگـای کۆپـەر و پرۆستاتەوە بەشێکی زۆری پێکدێت تایەتمەندییـەکی زۆری هەیـە بـۆ ئـەوەی پەسـتانی نـاوەوە و دەرەوەی تۆوەکـان بـە یەکسانی بمێنێتـەوە، واتە تۆوەکان تووشی هەڵئاوسـان یـا بەپێچەوانەوە گرژبون نەبن تەنانەت تا ئەوکاتەش کە دەچنە نـاو زێی مێوەلـە گـەڵیدا دەڕۆنو ئـەم تایبەتمەندییـەی لەوێشدا بۆ دەپارێزن. وئایـەڵێ شـلاوی نـاو زێبێتـە هـۆی ئاوسـان یا تەقاندنیان، زۆر جار ئەم تایبەتمەندیە تا دەمی ملی منداڵدانیش وزیاتر لە پاراستنیاندایە.

پ14/ لـە چ ناوچەیەکیوەتـە (گـون) داهۆرمۆنـی نێر دروسـت دەبێت؟

–لـەگونی مرۆڤـدا ژمارەیـەکی زۆر بۆریچکـەی ورد هەیـە وەك باسمان کرد پیان دەڵێن تۆواوە بۆریچکەکان ، بەڵام لە دەوروبەریاندا واتـە لـە نێوان ئـەم بۆریچکانـەدا لـەدەرەوە، کۆمەڵە خانەیەکی شێوە ئەمیبی بڵاوبونەتـەوە، پێیان دەڵێن "نێوانە خانەکانی لایدگ" لەم خانانەوە هۆرمۆنی نێر کە پێی دەڵێـن "تێستۆسـتیرۆن" دەرژێـت وڕاسـتەوخۆ دەچنـە خوێنـەوەو بـەهۆی خوێنەوەبـە نـاو بەشـەکانی لەشـدا بڵاودەبنەوە.

–جێی ئاماژەیە یەکێك لە دیاردە دیارەکانی بلوق بوون واتە پێگەیشتنی نێر لە تەمەنی "13–15" ساڵیدا ڕژاندنی ئەم هۆرمۆنەیە کە دەبێتە هۆی پەیدا بوونی ریش و سمێڵ و

دەنگ گڕی و ئارەزوکردنی توخمەکەی دی بێ ئەم هۆرمۆنە هیچ یەکێك لەو تایبەتمەندیانە پەیدا نابن.

پ15/ ئەی هۆرمۆنی مێ لە کوێوە دروست دەبێت؟

-لەهێلکەدانی مێی مرۆڤدا کۆمەڵێك چیکڵدانە هەیە پێیان دەوترێت چیکڵدانەکانی گراف، ئەم چیکڵدانانە لە نزیك تەمەنی 12-15 ساڵیدا، گەشە دەکەن، بەهۆی هۆرمۆنێکەوە کە لە ژێرمێشکە ڕژێنەوە دەردەچێت پێی دەڵێن FSH یا هۆرمۆنی هاندەری چیکڵدانە، ئەم هۆرمۆنە وا لە چیکڵدانەکانی ناو هێلکەدان دەکات کە گەشە بکەن و توانای گەشەکردن و لە پاشدا دەرپەڕاندنی ئەو هێلکەیە بکەن کە تیایدایە (چونکە هەر یەکێك لەم چیکڵدانانە یەك هێلکە دروست دەکەن) لە هەمان کاتیشدا دەبنە هۆی ڕژاندنی ئەو هۆرمۆنەی پێی دەوترێت هۆرمۆنی مێ (ئیستڕۆجین) واتە پێش گەشەکردن ئەم چیکڵدانانە ناتوانن ئەو هۆرمۆنە بڕێژن هۆرمۆنەکە وەك هۆرمۆنی نێر بەناو خوێندا بڵاودەبێتەوە و دەچێت بۆ هەموو ئەندامەکانی لەشی مێ، سیفەتە دووەمیەکانی مێ وەك گەورەبوونی مەمك و دەنگ ناسکی و کەم توکی و هەستی توخمی بەرامبەر توخمەکەی دی دەردەخات، سەرەڕای ئەوەی لە دوای کەوتنە سەرخوێن دەبێتە هۆی چاککردنەوە و سارێژکردنەوەی ناوپۆشی منداڵدان و پڕکردنەوەی بە مولولەی خوێن.

جێی ئاماژەیە کە هێلکەدان سەرەڕای ئەم هۆرمۆنە، هۆرمۆنێکی دی دەڕێژێت پێی دەڵێن هۆرمۆنی سکپڕی یا (پڕۆجستڕۆن) ئەم هۆرمۆنە ڕاستەوخۆ لە پاشماوەی هێلکەدان چیکڵدانەکانەوە دەڕژێت پاش ئەوەی کە هێلکەکە دادەنێت. و پاشماوەی ئەو چیکڵدانانە دەبنە تەنێکی زەردبا و پێیان دەڵێن تەنە زەردە). واتە هۆرمۆنی پڕۆجستڕۆن لە تەنە زەردەوە دەڕژێت. کە ئەویش لە ژێر کاریگەری هۆرمۆنێکی دیدا ئەو کارە دەکات پێی دەڵێن LH واتە هۆرمۆنی تەنە زەردەکە لە ژێر مێشکە ڕژێنەوە بۆی دەردەچێت. ئەم هۆرمۆنی پڕۆجستڕۆنە دەتوانێت هەموو کارەکانی ئیستڕۆجین تەواو بکات سەرەڕای ئەوەش کە لە کاتی سکپڕیدا نایەڵێت ژنەکە بکەوێتەوە سەرخوێن و هێلکەدانانیش دەوەستێت واتە سوڕی مانگانە ڕادەگرێت تا منداڵەکە لەدایك دەبێت، ئەمە سەرەڕای ئەوەش کە منداڵدان بە تەواوی ئامادە دەکات بۆ گرتنەوە و چاندنی کۆرپەلە تیایدا و پارێزگاریش دەکات لە لەبارچوون.

پ16/تا چ ڕادەیەك دەستپەڕ بڵاوە؟ و ئایا هیچ زیانی هەیە؟ و ئایا هیچ ڕێگایەك هەیە بۆ خۆپاراستن لێی؟

-مەبەست لە دەستپەڕ یاریکردن بە ئەندامەکانی زاوزێ بەشێوەیەکی ڕێکو پێك و بەردەوام بە مەبەستی چێژ وەرگرتن کە لە پێ گەیشتواندا بەهاتنە دەرەوەی تۆواو تەواو دەبێت، بەڵام لە بچوکەکاندا تەنها چێژ لەو دەست تێوەردانە وەردەگرن بێ هاتنە دەرەوەی تۆواو

دەتوانین بڵێین تا ڕادەی 50-90٪ لەناو لاواندا بڵاوەو 70٪ی کچانیش بەپێی بواری خۆیان بەشێوەی جیا جیا بڵاوە. و جاری وا هەیە زۆر بە خێرایی ئەنجامی دەدەن و جاری واش هەیە درێژ دەبێتەوە بەپێی باری دەروونی و کەسێتی و تەندروستی کەسەکە ئەم خووە ڕێگایەکە بۆ دوورکەوتنەوە لە سێکسکردن چونکە لە هەموو ساتێکی تەنهاییدا ئەنجام دەدرێت پشوویەکی دەروونی ساتەوەختە بەکەسەکە دەبەخشێت و ئارەزوی سێکسی دا دادەمرکێنێتەوە بێ ئەوەی پێویستی بەکەسی دووەم هەبێت، یا پێویستی بە ژن هێنان بێت، یا بۆ دورکەوتنەوەیە لە نەخۆشیە سێکسیەکان کە زۆربەی جار لە ڕێگای سێکسکردن بەپارە لەگەڵ کەسانی دیدا دروست دەبن، و زۆربەی جار لە ئەنجامی دوبارەبوونەوەی لەکات و ساتی

دیاریکراودا ئەم کردارە دەبێتە خووگری و ئاماوەیەکی زۆری ژیان لە گەڵیدا دەڕدات.

جۆری ئامارەیە بڵاوبوونەوەی ئەم خووە بە زۆری لەو کۆمەڵانەدا باوەکە لاو هیچ ڕێگایەکی دیکەی بۆ سێکس نیە، بەتایبەتی لە ساتەکانی ژن هێنسان دا و نەتوانینی جێبەجێکردنی ژن هێنان بە زۆری بەهۆی گرانی و تێچوونی ژن هێنانەکە.

هەندێك لە تاقیکردنەوەکان ئەوەیان پیشانداوە کە گەلێك لە منداڵانیش پێش هەرزەکاری یا پێش باڵق بوون حەز دەکەن یاری بە ئەندامەکانی زاوزێیان بکەن و چێژێکی تایبەتی لێ دەبینن و بەپێی ئامارێکی بەریتانی 53 منداڵ لە 1000 منداڵدا یاری بە ئەندامەکانی زاوزێیان دەکەن، و ڕێژەی زۆری ئەم ژمارەیەش کوڕانن بە تایبەتی لە نێوان تەمەنی 7-9 ساڵیدا.

لەبەرئەوەی بە شێوەیەکی گشتی ڕێژەی بڵاوبونەوەی ئەم خووە لای کوڕان زۆرتر بڵاوە وەك لە کچان و هەندێك لە ئامارەکان دەریان خستووە کە 98٪ی کوڕان لە قۆناغێك لە قۆناغەکانی تەمەنیاندا پەنایان بۆ ئەم خووە بردووە.

هەندێك لە پەروەردەزانان سەرەتای ئەم خووە لە منداڵدا تاڕادەی 10٪ دەگێڕنەوە بۆ تەمەنی 9 ساڵی. هەندێکی دی وای بۆ دەچن کە سەرەتا کە لەنێوان تەمەنی 2-6 ساڵیەوە دەست پێ دەکات، تەنانەت چەند زانایەك دەڵێن کە سەرەتای چێژوەرگرتنی منداڵ لە یاریکردن بە کۆئەندامی زاوزێی دەگەڕێتەوە بۆ 6 مانگی. بێ گومان ئەمانە تەنها رایە و بنەڕەتێکی زانستی تەواو کۆیان ناکاتەوە، چونکە منداڵ لەوتەمەنانەدا بنەمایەکی سێکسی لا دروست نەبوە و هیچ هۆشمەندییەك و ئارەزوییەکی تایبەتی نیە و تەنها یاریکردنی بێ بنەمای سێکسی ڕوتە و ئەو کردارە هەرگیز بە دەستپەڕ دانانرێت.

بەڵام سەرەتای نزیك بوونەوە لە باڵق بوون بە زۆری 9 تا 10 ساڵی سەرەتای فێربوونی ئەم خووە خراپەیە، کە ئەویش لە ڕێگای هاوڕێ، یا کتێبی تایبەتی یا هەر لەخۆیەوە دەبێت.

لە هەموو ئەم ڕێگایانە خراپ تر ئەوەی یەکەمیانە کە هەندێك جار هاوڕێیانی قوتابخانە یا گەڕەك بە تایبەتی گەورەتر لەوانە زانیاری سێکسی پڕ لە هەڵە بە چێژ و پەرۆشیەکی خراپەوە باس دەکەن هەندێك جار ئەم جۆرە هاوڕێیەتیە دەبێتە سەرەتایەك بۆ لاربونەوەر لادان لە پاشەڕۆژدا.

بەڵێ دەستپەڕ زیانی هەیە، بە تایبەتی کە دەبێتە هۆی سووربوونەوەو هەڵئاوسان و گەورەبونی پرۆستات و زۆر هەستداریەتی میزەڕۆ لە پاشدا و لەدوای ژن هێنان دەبێتە هۆی زوو ڕژاندن. و هەندێك جاریش دەبێتە هەوی درێژخایەن و بەتایبەتی لە ڕژێنی پرۆستات و کزانەوەی بەردەوام لە کاتی میزکردندا ئەمە سەرەڕای دەردانی هەندێك لیدجە دەردراو لە سەری چوکەوە بە تایبەتی بەیانیان.

زۆر ڕێگا هەیە بۆ ئەوەی کە مرۆڤ دووربکەوێتەوە لەم ڕێگایە ئەمانە هەندێکیانن:

1-دورکەوتنەوە لە هاوڕێی خراپ و کۆنەبوونەوە لە گەڵیاندا و خۆ دورخستنەوە لە جنێو و قسەی ناشرین و هاوڕێ گرتن لەگەڵ ئەوانەی کە باسکردنی ئەو جۆرە بابەتانەیان نیە.

2-دورکەوتنەوە لە تەنهایی لە ژوری داخراودا، بەڵکو بەردەوام چوونە ناو کەسوکار و خوشك و براوە، بەتایبەتی هەر هەستێکی وا بە مێشکدا هات.

3-خۆ خەریککردن لەکاتی بێ ئیشیدا بەکاری بەسودەوە بەتایبەتی وەرزش و خوێندنەوەی بەسود و مۆسیقا و کاری دیکەی هونەرییەوە.

4-دورکەوتنەوە لە هەموو ئەو شتانەی سێکس دەوروژێنن بەتایبەتی ڤیدیۆو CD و DVD و ئینتەرنێت و تەلەفزیۆن و سەتەلایت و کتێبی ئەو بابەتانە.

5-پاڵ نەکەوتن و نەچون بۆ نوستن تا بەتەواوی خەو مرۆڤەکە دادەگرێت و هەوڵبدات بۆ بەسەر سکدا نەخەوتن چونکە لێ خشاندنی ئەندامی زاوزێ بە جێگا مرۆڤ دەوروژێنێت.

6-بڕوا بەخۆبوون و گۆڕینی شێوەی ڕەفتار و هەڵسوکەوت بەردەوام بەشێوەیەك کە دورکەوتنەوە لە هەموو جۆرە وروژاندنێکی سێکسی دەستەبەر بکات.

منداڵیش لە تەمەنە زووەکاندا کە حەز دەکات دەست بخاتە سەر ئەندامەکانی زاوزێی زۆربەی جار بەهۆی پیسی و پاك نەکردنەوەی ئەندامەکەوە دەبێت کە دەخورێت، یا بوونی هەوکردن تیایدا، یا بەهۆی چێژێکی تایبەتی دەبێت پێویستە کەسوکار بەشێوەیەکی هێمن دەستی منداڵەکە لەو شوێنانەدا لابەرن و لە بریتی ئەوە بوکێك یا هەر شتێکی بدەنێ یاری پێبکات و تێی بگەیەنرێت کە ئەو شوێنە پاك نیە دەستی بۆ بەرێت لەبەرئەوە شوێنی میزە، لەو کاتانەدا لە بیری ببرێتەوە بەهۆی یاریکردن لەگەڵیدا، و هەوڵ بدرێت لە ڕووتکردنەوەی ئەو ناوچانەی لەشیشی دووربخرێتەوە

زیندەوەرە جین چاککراوەکان لە نێوان وەرگرتن و ڕەتکردنەوەدا

نوسینی: دکتۆر فەهد نەسر

ئەندازەی بۆ ماوە یەکێکە لە ڕوخسارەکانی پێشکەوتنی زانستی نوێ، بەڵام لەگەڵ ئەو هەموو دەستکەوت و دۆزینەوە سەرسوڕهێنەرانەشدا، تاکو ئێستا بۆتە بابەتی گفتوگۆیەکی گەرم لەنێوان لایەنگرانی و ئەوانەی لە دژی دەوەستنەوە.

بایۆتەکنۆلۆژی وەک دەرئەنجامی پێشکەوتنی بۆ ماوەزانی بە شێوەیەکی گشتی و بایۆلۆژی گەردی بەشێوەیەکی تایبەتی، هاتە مەیدانەوە. لەبەرئەوەی ئەم زانستە ڕووبەڕووی هەندێک بابەت بۆوە کە خاوەن مۆرکێکی جێبەجێکردن بوون، لەگەڵ تێپەڕبوونی کاتدا بۆ گۆشەیەک لە گۆشەکانی ژیان گۆڕرا، بەشێوەیەک چارەسەری بۆ زۆر کێشەی مرۆڤایەتی دۆزییەوە و ئایندەشی زۆری دیکەی حەشارداوە. گرنگترین خەسڵەتەکانی بایۆتەکنۆلۆژی ئەو بوارەیە کە پەیوەندی بە پزیشکی و کشتوکاڵی و زانستەکانەوە، هەیە.

پێناسەکردنی زیندەوەری زیندووی جین چاککراو کارێکی هەروا سانا نییە، بەڵام دەتوانین بڵێین هەر زیندەوەرێکە کە لە دروستبوونیدا جینۆمەکەی Genome لەڕێگەی خستنەناوی زانیاری بۆماوەیی نوێ، یان گۆڕانی هەندێک لە زانیارییە بۆماوەییەکانی خۆی، هەموارکرابێت واتا چاککرابێت، ئەم مەسەلەیە بە تەواوەتی لە مەسەلەی دووڕەگکردن جیاوازە کە ئامانجی لە دایکبوونی زیندەوەری سیفەت خوازراوە لە ڕێگەی لێکدانی سروشتییەوە، بۆ نمونە مەڕی دۆللی کە لە ڕێگەی میکانیزمی کلۆنکردنەوەبە گواستنەوە ڕووناکی، لە دایکبوو. جینۆمەکەی جینی مرۆیی پەرلەیی تێدایە واتا فاکتەرێکی پرۆتینی دیاریکراو بەرهەم

دینێت کە برتیتیە لە فاکتەری نەخۆشی خوێنبەربوونی B Hemophilia بەکاردەهێنرێت. ئەم تەکنیکە زیندەییە بووە هۆی ڕودانی ناکۆکییەکی گەورە لە ناو کۆمەڵدا. زۆرێك ئەم تەکنیکەیان بەگشت ناوو وردەکارییەکانییەوە، ڕەتکردەوە و بانگەشەی ئەوەیان کرد، بەرهەمی ئەم زانستە تەنها هێنانە ئارای خراپەو کێشەیە بۆ ژینگە و مرۆڤ تەنانەت جۆرەها ناولێنانی ئەلتەرناتیڤیان بۆ ئەم زانستە دۆزییەوە بۆ نمونە زاراوەی (خۆراکە خراپبووەکان لە ڕووی بۆماوەییەوە) یان ئەلتەرناتیڤە خۆراکییە نەخۆشهێنەکان لە ڕووی بۆماوەییەوە) بەکارهێنا.

گفتوگۆ لەسەر بایۆتەکنۆلۆژی

هەموارکردنی بۆماوەیی یان چاکردنی جینەکان لەبواری کشتوکاڵدا خاوەنی دورترین کاریگەرە لە زانستی نوێدا، هەروەها بووە هۆی هێنانە ئارای لێداوێکی توند لەنێوان وڵاتە یەککگرتووەکانی ئەمەریکا و ئەوروپا کە تەوەرەی سەرەکی ئەم گفتوگۆیەن. لە کاتێکدا زۆرێك لەوانەی پاڵپشتی ئەم تەکنیکەیان دەکرد پێیان وابوو شۆڕشێکی زانستی پۆزەتیڤە لە بواری کشتوکاڵدا، چونکە ڕێگە بە بەرهەمهێنانی ئەو ڕووەکانە دەدات کە بەرگرییان دژی نەخۆشی و وشکی هەیە و خاوەن بەهایەکی خۆراکی بەرزن، لە هەمان کاتدا بڕی تێچوونی پێویست بۆ بەرهەمهێنانیان هێندە زۆر نییەو ڕێگە چارەی ژینگەیی کارا بۆ چارەسەرکردنی گیروگرفتەکانی پیسبوون، دەستەبەر دەکات.

بەڵام ئەوانەی تەکنیکی زیندەییان ڕەتکردەوە پێیان وابوو ئەم تەکنیکە تەنها سەرکێشییەکی ڕێگاونکەرە،چونکە بەپێی بیروڕای ئەوان- بەدڵنیایی ئەم تەکنیکە دەبێتە هۆی هاتنە دنیای ژمارەیەکی بێ شوماری زیندەوەرە جین چاککراوەکان ئەمەش کارێکە ناتوانرێت پێشبینی دەرئەنجامە نێگەتیڤەکانی بکرێت، هەروەها دەشبێتە هۆی گۆڕانی ژینگە بەشێوەیەك ناتوانرێت پێچەوانە بکرێتەوە یان چارەسەربکرێت. ئەم ڕایانە لە ڕووی کۆمەڵایەتییەوە سڵ لەم تەکنیکە دەکەنەوەو نا ئارامن بەرامبەر ئەو دەرئەنجامە کۆمەڵایەتییانەی لەگەڵ ئەم دۆزینەوەیەدا هارکاتە، لای هەموان ئاشکرایە ئەو داهێنانە زۆرانەی کۆمپانیا گەورەکان لەسەر بڵاوکردنەوەی سورن، زیان بەکشتوکاڵ دەگەیەنێت، چونکە جوتیارە تەقلیدییەکان لەو سودو خێرو بێرانەی بێبەش دەبن کە وا دادەنرێت لێیان بکەوێتەوە، ئەم گفت و گۆیانە تاکو ئێستا بەردەوامن، هیچ ئاماژەیەکیش لە ئارادانییە بۆ نزیکبوونەوەیان لە ڕێگە چارەیەکی یەکجارەکی. ئەوروپا زۆر بەتوندی نارەزایی بەرامبەر ئەو خۆراکانە دەردەبڕێت و جەخت لەوە دەکات دروستی ئەم خۆراکانە لەسەر تەندروستی گشتی هێشتا نەسەلمێنراوە، بەڵام ئەمەریکا پاڵپشت و هاندەری بەرهەمهێنانی خۆراکە جین چاککراوەکانە. ناکۆکی نێوان ئەم دوو بەرەیە هەرچەندە ئاشکرایە بەڵام ڕێکخراوی بازرگانی جیهانی تاکو ئێستا نەیتوانیوە بگاتە ئەنجامێکی کۆتایی و ناکۆیی نێوان ئەم دوو بەرەیەش کۆتایی پێ بێت بەشێوەیەك هەردووکیان ڕازی بکات، چونکە ڕێکخراوەکە لەلایەکەوە بە شێوەیەکی یەکلاییەکەرەوە ڕایگەیاند ڕێگەگرتن لە بڵاوبوونەوەی خۆراکە جین چاککراوەکان زیانێکی گەورە بە بازرگانی دەگەیەنێت و بەربەستی بێ بناغە بۆ ئاڵوگۆڕپێکردنی بازرگانی نێودەوڵەتی دروست دەکات. لەلایەکی دیکەوە دەڵێت. ئەم جۆرە بانگەشەکردنەکە مۆرکێکی سودداری بۆ هەموان پێوەدیارە، مەرج نییە گوزارشت لە ئارەزووی هەموان بکات یان چارەسەرێك پێشکەش بکات کە هەموان پێی ڕازی بن. بەڵکو بە پێچەوانەوە ئەو جۆرە بڕیارانە لەوانەیە گومانی زیاتر لەلای خەڵك دروست بکەن سەبارەت بە شکستهێنانی دەوڵەتان بۆ گەیشتن بە چارەسەرێك یان سیاسەتێکی سەرکەوتوو کە شەفافیەت و ڕوون و ئاشکرایی زیاتر لە خۆبگرێت بەشێوەیەك لایەنگران و ئەوانەی دژی ئەو مەسەلانە دەوەستنەوە وەك یەك ڕازی بکات.

کارێکی بەڵگە نەویستە کە ناتوانرێت تەکنیکی زیندەیی وەك زانستێك بەشێوەیەکی یەکلاییکەرەوە لە خانەی چاك یان خراپدا، پۆلێن بکرێت، هەروەك لایەنگر و دژەکانی بیری لێدەکەنەوە. ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت هەر دواکەوتنێك لە دانانی سیاسەتی گشتی سەبارەت بەو مەسەلەیە لەبەرژەوەندی بەکارهێنەردا نابێت کە وردە وردە متمانەی بە حکومەتەکەی خۆیی و حکومەتەکانی دیکە لە دەستدەدات. لە بواری کشتوکاڵدا دژەکانی ئەم تەکنیکە نوێیە دەڵێن بەروبوومە جین چاککراوەکان خاوەن سیفەتی هەڵبژاردەیین و ئەمەش وادەکات زیاتر بۆ گەشەکردن گونجاوبن، بەم شێوەیە بەروبوومە تەقلیدییەکان زیانیان پێدەکەوێت و وردە وردە ون

دەبن، بەڵام دەرئەنجامی حەتمی ئەم هەڵبژاردنە لە دەستدانی فرەجۆری زیندەییە Biodiversity ئەمەش مەسەلەیەکی نائارامی و ترس هەڵدەگرێت و چاوەڕوانی ڕوودانی زۆری لێدەکرێت

لایەنگران ئاماژە بە زیانێکی قڕکەرەکان دەدەن بۆسەر تەندروستی گشتی و لێرەدا پرسیارێک ئاراستەی دژەکانیان دەکەن، ئایا بەکارهێنانی مادە قڕکەرەکان بە هەردوو جۆرەکەیانەوە مێروو ڕووەکی بۆ ماوەیەکی دووردرێژ بە شێوەیەکی بەرفراوان زیان بە تەندروستی مرۆڤ ناگەیەنێت چونکە ئاسایی بەروبوومە تەقلیدییەکان پێویستیان بە چەندەها تەن لە مادە قڕکەرەکان هەیە بۆ باش گەشەکردنیان و لەناوبردنی ئەو زیندەوەرانەی زیان بە بەروبوومەکەیان دەگەیەنێت، کەواتە بۆچی ڕووەکە جین چاککراوەکان کە خۆیان بەرگری دژی زیندەوەرە زیانبەخشەکان دەکەن زیانییان بۆ سەر تەندروستی هەیە؟ لەم چوارچێوەیەدا تەکنیکارەکانی جینێک بەکاردەهێنن کە فاکتەرێکی ژەهراوی

دژی مێرووەکان بەرهەم دەمێنێت، ئەم فاکتەرە دەخرێتە ناو جینۆمی ڕووەکە ئارەزووکراوەکان و وادەکات بە شێوەیەکی سروشتی بەرگری دژی مێرووەکان، هەبێت هەروەها توێژەرەوەکانی بوارەکە جەخت لەوەدەکەن ئەم فاکتەرە بۆ مێروو ژەهراوییە بەڵام بە هیچ شێوەیەک کارناکاتە سەر تەندروستی مرۆڤ، ئەگەر بەوردی لەم دەستەواژەیە بڕوانین، دەبینین کەمێک پەلەیی پێوەدیارە کەوادەکات ئەوانەی لە دژی دەوەستنەوە داوای تاقیکردنەوەی زیاتر بکەن بۆ دەستکەوتنی سەلماندنی تەواوی ئەو بۆچوونانە. ئەوەی گومانی تێدانییە بەکارهێنانی زیندەوەرە جین چاککراوەکان دەبێتە هۆی ڕودانی گۆڕانی هەتمی لە ژینگەدا، بەشێوەیەك دانانی ئەم زیندەوەرانە بە زیان بەخش بۆ سەرژینگە بە بازنەی گلت و گۆوڕای دژبەیەکدا، دەمێنێتەوە. لە ڕێگەی تاقیکردنەوە توێژینەوەکانەوە ئاشکرا بووە کە هیچ بوارێکی بۆ گومان نەمێنشتۆتەوە. بۆ نمونە بەکارهێنانی دژە زیندەییەکان پارەتیدەر دەبێت لە دروستکردنی جۆری نوێ کە بەرگری ئەو مادانە بکات و ئەمەش ڕۆڵ و بەهاکەی لە چارەسەرکردنی نەخۆشییە درمەکاندا، لە دەستدەدات. پێویستە ئاماژە بەوەبدەین، هەندێك تسیرەی وردە زیندەوەرەکان وەك بەکتریا، ئاتارامییەکی ڕاستەقینەی لەلای پزیشکەکان دروستکردووە، چونکە بەرگری هەموو جۆرەکانی دژە زیندەییەکانی ئێستاکە دەکەن، ئەمەش وادەکات ئەو جۆرە بەکتریاییە بخاتە پێگەیەکەوە بۆ پەتایەکی ترسناك بگۆڕێت، کە بە ئەستەم کۆنترۆڵ بکرێت، ئەوانەی لەبەرەی دژی ئەم تەکنیکەوە وەستاون ئاماژە دەدەن بە حەقیقەتێك، زیندەوەرە جین چاککراوەکان کە بە شێوەیەکی چڕو سیستماتیك فرکەری مێرووی بەرهەم دەهێنن، بارودۆخێکی گونجاو بۆ گەشەی ئەو مێروانە دروست دەکەن کە بەرگرییان دژی ئەو مادە فرکەرە هەیە، ئەمەش وا دەکات ئەو مادەیە سودەکەی لە دەستبدات، کاتێك بۆ ڕووەکە تەقلیدییەکان بەکاردەهێنرێن.

لە بەرامبەردا پێویستە دان بەوەدا بنرێت کە بەکارهێنانی مادە فرکەرەکان بەشێوەیەکی چڕ کاریگەرییەکی باشتری نابێت و دەرئەنجامێکی هاوتای دەبێت لەگەڵ ڕووەکە جین چاککراوەکاندا و هەر ئەمەش لایەنەنگرانی تەکنیکی زیندەیی دەیانەوێت هەمیشە بانگەشەی بۆ بکەن.

ئەندازیارن، بەڵام...

تەکنیکی زیندەیی کۆمەڵێك تەکنیك لە خۆدەگرێت کە پێکەوە ئەوە دروست دەکەن پێی دەوترێت ئەندازەی بۆماوە کە لقێکە لە لقەکانی بۆ ماوەزانی نوێ، هەروەها ئەندازەی بۆماوە ئەو نزیکخستنەوانە لە خۆدەگرێت کە ڕێگە بە جیاکردنەوەی جینێکی دیاریکراو دەدات و هەمواری دەکات یان بەپێی نەخشەی توێژینەوەکە گۆڕانی تێدا دروست دەکات، پاشان دەیخاتە ناو مادەی بۆماوەیی زیندەوەرێکەوە لە ئاژەڵ یان ڕووەك یان وردە زیندەوەران، ئەو جینە خوازراوەش فاکتەرێکی پرۆتینی دروست دەکات کە بایەخێکی زانستی دیاریکراوی دەبێت، بۆ نمونە بەرهەمهێنانی مادەی ئنسولین کە بۆ ئەو کەسانەی نەخۆشی شەکرەیان هەیە، بەکاردەهێنرێت بەهۆی بەکتریایەکی جین چاککراوەوە، ئەم تەکنیکە ئازاری زۆر کەسی کەم کردەوە و سودی گەورەیان لێ بینی، لە هەمان کاتدا ڕێگە چارەیەکی چارەسەرکردنی گونجاوە کە بڕی تێچوونی کەمترە و لە ڕێگەکانی پێشوو سەلامەترە کە ئینسولین لەشانە ئاژەڵییەکان دەردەهێنراو کردارەکەش لە دروستکردنی مەترسی بۆسەر تەندروستی مرۆڤ بەدەرنەبوو.

ئێستا دەگەڕێینەوە سەر ئەو بوارەی بەئەندازەی بۆماوە ناودەهێنرێت، دەبینین هەندێك ڕا زۆر بەتوندی ڕەتیدەکەنەوە، پێیان وایە وشەی ئەندازە پێناسەی زانستێك دەکات کە دەتوانرێت پێشبینی ئەنجامەکانی بکرێت، کە لە بناغەدا ئەخلاقییە و خزمەتی مرۆڤ دەکات، بەڵام سەبارەت بە تەکنیکی زیندەیی ئەستەمە دەسەڵات بەسەریدا بگیرێت یان کۆنترۆڵ بکرێت. لایەنگرانی تەکنیکی زیندەییش ئەمە بە زوڵمێکی گەورە دەزانن بەرامبەریان دەکرێت، جەخت دەخەنە سەر خەسڵەتە مرۆیی وئەخلاقییەکانی کارەکەیان، هەروەها دەڵێن ئەو لایەن و کاریگەرییە لاوەکییانەی زیندەوەرە چاککراوەکان کە ناتوانرێت هەڵسەنگاندنێکی پێشینەیی بۆ بکرێن نابێتە هۆی ئەوەی ئەو ڕاستییە بشارێتەوە کە کاری ئەم تەکنیکارانە کارێکە خەسڵەتی شارەزایی و لێهاتوویی لە خۆ دەگرێت و ئامانجی تەنها بۆ سودو قازانجی مرۆڤە، لەبەرئەوە پێیان وایە هیچ داهێنەرییەکی تێدا نییە ئەو تەکنیکارانە بە ئەندازیار ناوببرێن تەنانەت ئەگەر دەرئەنجامی

کارەکەشیان دروستکردنی زیندەوەرێکی زیندووش بێت زۆرجار ئەم تەکنیکە بە سیاسەتی زانستی ناودەمێنرێت کە ڕەنگدانەوەی ئەو گفتوگۆییەیە کە لە سەری دەکرێت، لایەنەکانی دژی ئەم تەکنیکە تەنها بەوەوە ناوەستن تەکنیکارەکانی بوارەکە بە ئەندازیار ناوبەرن بەڵکو تۆمەتباریشیان دەکەن بەوەی کاریگەری خراپ لەسەر ژینگەو کۆمەڵ بەجێدێڵن. بابەتی کلۆنکردن کاریگەرییەکی زیاتری کردە سەر ئەو بزوتنەوەی دژی هەر میکانیزمێکی دەستکاریکردن و چاککردنی جینییە، چونکە جێبەجێکردنەکانی ئەم زانستە بۆ سروشتی مرۆڤایەتی درێژ بۆوەو هەوڵی گۆڕانیدا، هەروەک لەگەڵ زیندەوەرەکانی دیکەدا بە ئەنجام گەیەنرا.

کۆمەڵگە دەستکاریکردنی تایبەتمەندییەکانی مرۆڤی ڕەتکردەوەو وایدانا هەر هەوڵدانێک بۆ کلۆنکردن یان چاککردنی جینۆمی مرۆیی، دەستدرێژیکردنە بۆسەر کەرامەتی مرۆڤایەتی و بەکارێکی نا ئەخلاقی دادەنرێت، لەم حاڵەدا تەکنیکارەکانی تەکنیکی زیندەیی لەگەڵ دژەکانیاندا کۆک بوون، هەندێکیشیان ڕەتکردنەوەی خۆیان بۆ کرداری کلۆنکردنی مرۆڤ، ڕاگەیاند و داوای یاسا یان سیاسەتی جیهانیانکرد ڕێگە لە پێشێلکارییەکان بگرێت کە لەوانەیە کاریگەری خراپ لەسەر ئەندازەی بۆماوە بەجێبێڵێت، لە کاتێکدا ئەم زانستە بۆ خزمەتی مرۆڤە نەک بۆ زیان پێگەیاندنی.

بەرەو گفت و گۆیەکی دروستکەر

لایەنگرانی تەکنیکی زیندەیی لەسەر ڕۆڵی ئەم تەکنیکە سوورن کە ناتوانرێت پشتگوێ بخرێت لە پێناوی بەرهەمهێنانی خۆراکی تەواو بۆ سەرجەم دانیشتوانی جیهان کە لە زیادبوونێکی زۆر و بەردەوامدان، بۆ نموونە هەندێک ڕووەکی تەقلیدی لەناوچەی وشک و گەرمدا ناڕوێن بەڵام ڕووەکە جین چاککراوەکان لە هەمان باروبۆخدا دەڕوێن و خۆراکی دەوڵەتە هەژار و تازە گەشە کردووەکان دابین دەکەن کە بەردەوام بەدەست برسێتی درێژخایەنەوە دەناڵێنن لە لایەکی دیکەوە لایەنگرانی تەکنیکەکە پێیان وایە زیادەڕۆیی دەکرێت کاتێک باس لە فرە جۆری بایۆلۆژی دەکرێت و گوایە زیندەوەرە جین چاککراوەکان کاری تێدا دەکەن، چونکە ئاڵوگۆڕکردنی جینی تەنها زیندەوەرە جین چاککراوەکان ناگرێتەوە بەڵکو بەشێوەیەکی سروشتی ڕوویداوە و بەردەوامیش ڕوودەدات هەر لە دەرکەوتنی ناوک سەرەتاییەکانەوە Prokaryotes و ناوک ڕاستەقینەکان Eukaryotes، لە ڕێگەی ئەو کردارەوە کە پێی دەڵێن گواستنەوەی جینی ئاسۆیی و ئەمەش هیچ نەبۆتە هۆی ڕوودانی کارەساتێکی بایۆلۆژی یان ژینگەیی لەبەرئەوە دەتوانرێت زیندەوەرە جین چاککراوەکان وەک هەر زیندەوەرێکی دیکە دابنرێت.

بەڵام ئەو خۆراکانەی بەرهەمی زیندەوەرە جین چاککراوەکانن لەلایەن بەکارهێنەرەوە بەتوندی ڕەتکرانەوە، لەبەرئەوەی وادادەنران کە لە ڕووی تەندروستییەوە خوازراو نین و مەرجەکانی خۆراکی باشیان تێدا نییە. ئەو خۆراکانە بە خۆراکی جین چاکراو دادەنرێن کە ڕەگەزێک یان چەند ڕەگەزێکیان لە زیندەوەری جین چاککراوەوە وەرگرتبێت. شایانی باسە لێرەدا ئاماژە بدەین بە خاڵێکی گرنگ، زۆرێک لەو قەیران و گیرگرفتانەی لە دەوڵەتە ئەورووپییەکاندا بە تایبەتی بڵاوبوونەوە بەهۆی نەخۆشییەکانی وەک شێتی مانگاو ئەو نەخۆشییانەی دیکە کە پەیوەندییان بە چاککردنی جینەوە هەیە، وایکرد کە بەکارهێنەر زیاتر ئاگاداری جۆری خۆراکەکەی بێت و بەوپەڕی وردییەوە هەڵبژێرێت، پارێزگاری لە سەلامەتی خۆی بکات. هەروەها بووە هۆی لە قلکردنی متمانەی بەسەلامەتی ئەو خۆراکانەی ئەو دەوڵەتانە بەرهەمی دەهێنن، لەبەرئەوە ئەو ڕاپۆرتە زۆرانەی ئاماژەیان دەدا بەبێ زیانی خۆراکە جین چاککراوەکان وبڵاویان دەکردەوە کە ئەو خۆراکانە بەهای خۆراکییان بەرزە، کاری نەکردە سەر کەس وکەس گوێی لێ نەگرتن تەنانەت بەکارهێنەران سور بوون لەسەر ئەوەی بزانن چی دەخۆن لە ڕێگەی داواکردن لە حکومەتەکانیان کەیاسای توندوتیژ دابنێن کە ناولێنانی مادە خۆراکییەکان لە خۆبگرێت و سەرچاوەکان ڕوون بکرێتەوەو ئاماژەیان پێبدرێت ئەو خۆراکانە جین چاککراون ئەگەر بەبڕی ٪0.5 یان زیاتری لە زیندەوەرە جین چاککراوەکان تێدا بوو.

ململانێی نێوان ئەم دوو بەرەیە، بەرەی لایەنگرانی تەکنیکی لەگەڵ بەرەی دژدا لە ئێستادا گەیشتە ئەو پەڕی.

ئەو پرسیارەش کەلیرەدا دیتە بەردەممان، چۆن مامەلە لەگەل ئەم قەیرانەدا دەکریت و ئەو یاسایانە کامانەن کە لە توانایدا بیت متمانەی بەکارهینەر بە حکومەتەکەی بگەرینیتەوە و لە میشەوە متمانەی بە زنجیرەی خۆراکی جیهانی هەبیت کە ئەو بەشیکە لیی؟ ئەوەی نا ئارامییەکی زۆری بۆ هەموو لایەك دروستکردووە بلاوبوونەوەی بێ شوماری زیندەوەرە جین چاککراوەکانە کەوای لیهاتووە بۆتە حەقیقەتیك مرۆڤ هیچ بواریك بۆ دەربازبوون لیی بەدیناکات چونکە لە هەموو شوین و ئاستەکاندا هەیە، هیچمان لە دەست نایەت جگە لە مامەلەکردن نەبیت لەگەلیدا. بە دلنیایی ئیستاکە نمونەیترین ریگە بۆ هەلسەنگاندنی زیندەوەرە جین چاککراوەکان وئاشنابوون بە پیکهاتەکانیان شیکردنەوەیانە لە ریگەی تەکنیکەکانی ئەندازەی بۆ ماوەخۆیەوە، بەلام ئەم ریگەیە لەوانەیە بری تیچوونی زۆربیت و لەوانەشە لە زۆربەی بارەکاندا کاریکی نەشیاوبیت، واتا ئەنجامدانی لە توانادا نەبیت کەواتە جاریکی دیکە زانست و رۆلەکەی دینەوە مەیدان کاتیك کۆمەلیك نارەزایی سەبارەت بە پەیرەوکراوەکانی بواری زانست دەردەبرن و وایدادەنیین مەرج نییە زامنی باشی و چاکی بەرهەمەکان بکات، بەمەش متمانەیان لەق دەبیت. ئەو کاتە پیویستە تویژەرەکانی گفتوگۆیەکی دروست و بیناکەر لە ژیر ساباتیکی رەسمیدا والابکەن، دور لە هەر خەسلەتیکی بەرژەوەندی و سوتمەندییەوە خەمخۆرانە بیر لە کیشەکە بکەنەوە، بەشیوەیەك ئارەزووی بەردەوام بوونی نەخشەی پەرەپیدانی تویژینەوە زانستیەکان بکەن و لە هەمان کاتدا یاسای سیستماتیك دابنین و بە مەرجیك ئەو یاسایانە بەرژەوەندی بەکارهینەران بپاریزیت لەکاتی دروستکردن و بەکارهینانی زیندەوەرە جین چاککراوەکاندا لە بواری پزیشکی و کشتوکال و تویژینەوەی زانستیدا بپاریزیت، ئیمە لە ئیستادا زۆر پیویستمان بەم جۆرە یاسایانەیەو هەر دواکەوتنیکیش جیبەجیکردنی ئەو ئەرکانەو دەرچوونی ئەو یاسایانە قەیرانی جیهانی دیکە لەگەل خۆیدا دینیتە ئاراوە.

پەرچڤەی: ساکار جەمال

پیکەنین ... دل دەبوژینیتەوە و توش بوون بە جەلتە کەم دەکاتەوە.

تویژینەوە نویکان سەلماندیان کە پیکەنین سودە پزیشکیەکانی هەیە بیجگە لەو حەوانەوە دەروونیەی هەستی پیدەکەنین، پزیشکەکان دەلیت پیکەنین چەند جاریك لە رۆژدا دل دەبوژینیتەوەو بە تەندروستیەکی باش دەیهیلیتەوە و مەینی خوین کەم دەکاتەوە، پزیشکەکان ئامۆژگاریمان دەکەن کە زۆر پیکەنین چونکە دەبیتە هۆی هەستکردن بە سەربەستی و حەوانەوەی دەرونی و چالاکی. هەروەها هەولبدە بە دەنگی بەرز واتە بەقاقا لەگەل خۆتدا پیبکەنیت هەر کاتیك شتیکی سەیر و سەمەرەیان هەلەیەکی سەیرت کرد

گرنگترین ئەوسودانەش ئەمانەن؛

پیکەنین دەبیتە هۆی چاککردنی کاری سیستمی بەرگریکردن لە لەشدا لە ریگەی زیادکردنی بەرهەمهینانی ئەو خانانەی کە بەرپرسن لە بەرەنگاریکردنی میکرۆب و هاندانی خیرایی چاك بونەوەی لەش لە نەخۆشیەکان

کرداری پیکەنین لەش هان دەدات endorphine بەرهەم بهینیت کە هیورکەرەوەی سروشتی ئیش و ئازارەو لەش خۆی بەرهەمی دینیت، و ئەو هۆکارمیە دەبیتە هۆی کەمکردنەوەی ئیش و ئازاری زۆر و هەروەها یارمەتی باشکردنی باری دەرونی بەشیوەیەکی گشتی دەدات

هەروەها روون بوەوە کە دوای پیکەنین پەستانی خوین و خیرایی لیدانی دل بەشیوەیەکی بەرچاو کەم دەبیتەوە. هەروەها پیکەنین یارمەتی کەمکردنەوەی گرژی ماسولکەکان دەدات پیکەنین و خۆشی یارمەتی دۆزینەوەی پەیوەندیەکی جیگیرتر و باشتری ژن و میردایەتی دەدات، چونکە پیکەنین بەشداری نەهیشتنی تیك چون و گرفتەکانی پەیوەندییەکان دەکات هەروەها ریگەی بەیەك گەیشتن و هاوبەشیکردن لە نیوان ژن و میردەکاندا دەکاتەوە

پیکەنین ئەرك و گرفتەکانی ژیانت لەسەر کەم دەکاتەوە و دەبیتە هۆی کەمکردنەوەی ناکۆکیت و بەرەو باشترت دەبات و توانای گونجاندت لەگەل گۆرانکارییەکانی دەوروبەرتدا زیاد دەکات، لەلایەکی دیکەوە تویژینەوەیەکی ئەمەریکی گەیشتە ئەو ئەنجامەی دەلیت، پیکەنین باشترین دەرمانە و بە تەنها گویگرتن دەرمانە و بەتەنها گویگرتن لە رووداویکی خۆش یان بینینی ئەزمونیکی پیکەنیناوی کۆئەندامی بەرگریکردن بەهیز دەبیت و شلەژان کەم دەبیتەوە، ئەو تاقیکردنەوانەی ئەنجام دران سەلماندیان کە بە تەنها پیشبینیکردنی رووداویکی خۆش و شادیان پیکەنیناوی ئاستەکانی ئەندرۆفین و هورمۆنەکانی دیکە بەرز دەبنەوە و دەبنە هۆی هەستکردن بە خۆشی و حەواندنەوە و رژاندنی ئەو هۆرمۆنانەی لەگەل شلەژاندان کەم دەبنەوە، لەم دواییەدا پزیشکەکان پیکەنین و زەردەخەنەیان بۆ رەچەتە پزیشکیەکان زیاد کرد کە لە دەرمانخانەکاندا وەرناگیرین بەلکو بەریکخستنی رۆتینی ژیانی نەخۆشەکە و دوورکەوتنەوە لە فشارە دەرونی و جەستەییەکان بەپێی توانا و هەروەها بەخۆش گوزەراندن و رابواردن دەبیت

محەمەد عەبدوللا

ڕێگایەک بۆ پاش مرۆڤایەتی

پەرچڤەی: عەلی ئەحمەد

پێشکەوتنی زیادو خێرای زانستی و تەکنەلۆژی، ژمارەیەکی زۆر لە زاناو بیرمەندو پیاوانی ئایینی نیگەران کردووە، سەبارەت بە پاشەڕۆژی مرۆڤ و مرۆڤایەتی و، ڕادەی کاریگەری ئەو پێشکەوتنە لەسەر پەیوەندییە مرۆڤایەتییەکان، لە ئەنجامی ئەو توێژینەوە زۆر و هەمەڕەنگانەی کە بێگومان بە ڕێگەیەکی ڕاستەوخۆ بێت یان ناڕاستەوخۆ، خۆی لە قەرەی ژیانی تاک و کۆمەڵگە دەدات. ئەم نیگەرانییەش پاش دۆزینەوەکانی ئەم دواییە زۆرتر بوو، کە لەبواری جینەکان و توانای دانانی نەخشەی جینی و ئەوەی ئێستا دەربارەی کلۆنکردنی مرۆڤ بە ئەنجام دەگەیەنرێت، هەروەها ئەو ئاکامانەش کە بەهۆیەوە سنووری هاوکێلکەی بە ئەنجام گەیاندنی توێژینەوە و دەزگا سەرپەرشتیارەکانیان تێدەپەڕێنێت و، کاریگەری هەموو ئەمانەش لەسەر ژیانی مرۆڤی ئاسایی و لەسەر کۆمەڵگەی مرۆیی وەک هەموو، بێگومان ئەم توێژینەوانە ڕەهەندی کۆمەڵایەتی و ئاکاریی و ئایینی ئەوتۆی هەیە کە ناکرێت چاوپۆشییان لێبکرێت، پاشان ڕەنگە وەڵامی خراپی- نێگەتیڤی- هەبێت و پێویستە هەموو پاڵپشتەکان- پەدەکەکان- لەبەرچاو بگیرێت، تاوەکو لەکاتی گونجاودا بەسەریدا زاڵ بین، یان ئەگەر توانرا لەناویبرین.

قۆناغەکانی پەرەسەندن

زۆربەی مشتومڕی نێوان بیرمەندو زاناکانی بایەخ بە بابەتەکە دەدەن، دەربارەی گۆڕانەکانی توانای مێشکە(تاڕادەیەک لە گۆڕانە فیزیکییەکان-سروشتییەکان-کەمتر) کە ڕەنگە لە قۆناغی داهاتوودا بەسەر پێکهاتەی مرۆییدا بێت، ئەمەش لە بڕوای زۆرکەسدا وا خۆی دەنوێنێت کە قۆناغێکی پێشکەوتوو ترو باڵاتر بێت لە قۆناغەکانی پەرەسەندنی مرۆیی، واتە لەم قۆناغەی ئێستا-قۆناغی مرۆڤی ئاقڵ- homo sapiens، بەگوێرەی ئەو دەربڕینەش کە ئێستا لە کتێبە زانستیەکاندا لە ئارادایە، وا دادەنرێت:

لەسەر ئەم بنەرەتە قۆناغی کاتی -گواستنەوەیی- بەقۆناغی دوای مرۆڤ post human– دەگەیەنێت. هەرچی ئەو هۆکارە جیاکەرەوە و حاکمەیە کە قۆناغەکانی پەرەسەندنی مرۆیی لە یەکترجیادەکرێتەوە، هەر لە سەردەمە سەرەتاییەکانی یەکەمەوە لە پەیدابوونی بنیادەم و لێچوونی مرۆڤ تاوەکو ئیستا، بریتی بوو لەو گۆڕانانەی بەسەر قەبارەی مێشکدا دەهات، بەوپێیەی بنکەی هێزە ئەقلییەکانە، لەسەر ئەو بنەرەتەی کە پێکهاتەی مرۆیی گۆڕانە فیزیکی یان جەستەییەکانی بەخۆوەبینیوە، لە ماوەی قۆناغە جیاوازەکانی پەرەسەندندا، وەک: (هەڵچوونی بالا، یان رۆیشتن لەسەرپێ، لەبری ئەوەی لەسەر دەست و پێ برۆن، ئەمەش بواری بۆ ئەم مرۆڤانە رەخساند لە قۆناغی دواتردا ئازادانە دەستەکانیان بەکاربهێنن و پاشان بەسەر دروستکردن و بەکارهێنانی ئامێرو ئامرازەسادەکاندا زاڵ بن) ئەگەرچی ئەوگۆڕانانە بایەخێکی بەهێزیان هەیە، بەلام بە مەسەلەیەکی پەراوێزی دادەنرێت، ئەگەر لەگەڵ ئەو پەرەسەندنانەدا بەراورد بکرێت کە بەسەر لەبارەی مۆخدا هاتووە، لە ئەنجامی فراوانبوونی بۆشایی کەللەسەر، ئەمەش بووە هۆی بالابوونی توانای مێشک و توانای داهێنان و بەرزبوونەوەی ئاستی زیرەکی و توانای چارەسەرکردنی بیرۆکە رووتەکان ئەبستراکتەکان، هەموو ئەم خاسیەتانە تەنیا لە مرۆڤدایە لە قۆناغەکانی پەرەسەندنیدا، بە تایبەتی لە قۆناغی مرۆڤی ئاقلدا، لە چاو قۆناغە سەرەکییەکان- primates ، هەروەها بە هۆکاریکی یەکلایی کەرەوە لە پێشکەوتنی شارستانیدا دادەنرێت.

لێرەوە زاناو بیرمەندەکانی بایەخ بە پاشەرۆژی مرۆڤ و مرۆڤایەتی دەدەن، لە خوێندنەوەی(هەڵێنجانی) مێژووی پرۆسەی درێژی پەرەسەندندا پێشبینی ئەوە دەکەن، مرۆڤ بەرەو ئەو قۆناغە نوییە چاوەڕوانکراوە بگوازێتەوە، واتە- قۆناغی پاش مرۆڤ- کە سەرەتاکانی وابەراستی بەدەرکەوتوون و بەوەجیادەکرێتەوە- یان لەمسەولا بەوەجیادەکرێتەوە- کە ژمارەیەك روخسارو پێکهاتووی بنەرەتی هەیە و بەشێوەیەکی تایبەتی لە چۆنیەتی بیرکردنەوەو ئاستی زیرەکی لەرادەبەدەر و لابردنی ئەو مەسەلانەی پێشتر بیرومێشکی مرۆڤ پەی پێنەبردوە خۆی دەنوێنیت، ئەوکاتەش ئەو پێشکەوتنە گەورەیەی لە بواری تەکنەلۆژیای ئەلکترۆنیدا هەیە، رۆلێکی گرنگی تێدا دەگێرێت، لەوەدا کە توانایەکی باش و گەورەی بۆ دەرەخسێنێت، بۆ پەیوەندی کردن و بەردەوام بوون و فراوان بوون و رەنگاو رەنگ بوونی بوارەکانی بیرکردنەوە و، کاریگەری هەموو ئەمانەش لەسەر چۆنیەتی ژیان و دواتر دەرپەرینی ئەوەی پێی دەووترێت: ئەقلی گەردوونیی- Global Brain بەهەرحاڵ، ئەمە هیچ لە بایەخی پەرەسەندنە فیزیکییەکان یان بایۆلۆژییەکان کەمناکاتەوە، کە گریمانی ئەوە دەکرێت بەسەر جەستەی مرۆڤدا بێت و بەسەر رادەی توانای گونجاندنی مرۆڤ لەگەڵ گۆڕانکارییەکانی ژینگە و زیادبوونی ژمارەی دانیشتوان و ئەو پەستانانەدا بێت کە بەهۆی ئەو گۆڕان و پەرەسەندنەوە روو دەدات، وەك: جەنجالی و ژاوە ژاو و پیس بوونی ژینگە.

نموونەی فرانکنشتاین

ئەو گرفتە گەورەیەی دووچاری خەمخۆرانی پاشەرۆژی مرۆڤ و مرۆڤایەتی دەبێتەوە، ئەو ئاکامانەیە کە لە دۆزینەوەی نەخشەی جینات و ئەو هەولانەی بۆ کلۆنکردنی کرۆڤ دراون پەیدا دەبێت، ئەو هەولانەش رووبەرووی رەتکردنەوەو نەیارانی زۆردەبنەوە، بەهۆی فاکتەرە ئایینی و ئاکارییەکانەوە، زۆربەیان ئەوەرەتدەکەنەوە، مرۆڤ پرۆسەی بەرهەمهێنانی ژیان یاخود پرۆسەی(خوڵقاندن) بەڕێوەببات- ئەگەر ئەو گووتەیە بەکاربهێنین کە لە نێو کتێبە بیانیەکاندا دەربارەی ئەم بابەتە بەکاری دەهێنن- بەوپێیەی خوڵقاندن کاری هێزێکی بالایە و زۆر لە مرۆڤ بالاترە، ئەگەرچی ئەم دۆزینەوانە کاری زۆرباشیان-پۆزەتیڤیان- هەڵگرتووە و سوودبە مرۆڤ دەگەیەنێت، وەك: توانای زاڵ بوون بەسەر هەندیك نەخۆشیدا، بەلام هەر بە تەنیا بیرکردنەوە لە ئەگەری دەست تێوەردانی مرۆڤ لەمجۆرە کارەدا، زۆرجار جۆرە ترسێك لە نێوەندەکاندا بلاودەکاتەوە، لەوانەش خودی هەندیك لە نێوەندە زانستییەکان خۆیان بەرامبەر رۆیشتن و بەردەوام بوون لەم رێگە مەترسیدارەدا کە بە تۆوەکانی وێرانکاری مرۆڤ و نەهێشتنی مرۆڤایەتی چێنراوە، ئیدی بەر واتایەی لەووشەکەدایە و لێی تێدەگەین. لەبەرئەوە بۆ زانست و کۆمەڵگەی مرۆیی باشتر دەبێت، ئەگەر زاناکان بە سنووری توانا مرۆییەکانەوە پابەندبن و لە توانای تۆژینەوەکانی خۆیاندا دەربارەی ژیان زیاتر تێپەڕنەکەن،

هەتا لە کۆتایی کارەکانیاندا بە ئەو کۆتاییە ئەگەن کە تۆژینەوەکانی(فیکتۆر فرانکنشتاین) لە ڕۆمانی(ماری شیلی)دا پێی گەیشت، کە ساڵی(1818) بەدەرکەوت و باس لە بایەخدانی زۆری زانا(فرانکنشتاین) بە تۆژینەوەکانی ژیان دەکات، بەجۆرێك لەو زانایە هەموو توانایەکی خۆی بۆ دروستکردنی بوونەوەرێکی مرۆیی تەرخان کردبوو، بەڵام لە کۆتاییدا هەموو هەوڵەکانی بوونە هۆی بەرهەمهێنانی بوونەوەرێکی ناشرینکراوی شێوێنراو کە هەر بوو بووە چاوگەی ترس و تۆقاندن و دوورکەوتنەوەی خەڵکی، ئەم کارەبەسەر دروستکارەکەیدا(خوڵقێنەرەکەیدا) و هەموو خەڵکی شکایەوە، پاش زنجیرەیەك لە ترس و تۆقاندن بووە هۆی وێرانکردنی بوونەوەرەکە و(فرانکنشتاین) یش سنوورێکی بۆ ژیانی خۆی دانا، وەك سزایەك بۆ ئەرکارەی وێرای تونخنی بکەوێت.

ڕۆمانی(فرانکنشتاین) ناونیشانێکی لاوەکی دیکەی هەیە کە دەلالەت و مەبەستی خۆی هەیە، ئەویش(برومثسیدس-ی نوێیە)، لە ئەفسانەی یۆنانیدا(برمثسیوس)ی بنچینەیی ئەسڵی وا دەردەکەوێت، کە ئەو لە هەڵگیاسانی کێشمەکێشی نێوان مرۆڤ و خودای یۆنان بەرپرسیارە، چونکە توانی سەرکەوتووانە پشکۆی ئاگری پیرۆز(خۆر) بفڕێنێت(کە ئاگری(زیۆس)ی گەورەی خواوەندەکانە) و بەدیاری پێشکەشی مرۆڤی بکات، تاوەکو لە دەسەڵاتداریتی و بالآبووندا یاریدەیان بدات، بەمەوەش مرۆڤ خاسیەتێکی دەستگیرکرد، کە کردیە شتێکی تاك لە نێو بوونەوەرە زیندووەکانی دیکەدا، لەبەرئەوەی ئاگر بواری دروستکردنی ئامێرو ئامراز و چەکی بۆ ڕەخساندن وەرئەوەش بووە سەرەتای شارستانیەتی کۆنی تەکنەلۆژی. (زیۆس) سزایەکی توندوتیژی بۆ(برومثسیوس) ناردە خوارەوە، کە بریتی بوو لە بەستنەوەی بە بەردێکی سەر شاخە بەرز سەختەکان و ناردنی هەڵۆیەك بۆی کە هەموو شەوێك جگەری(برومثسیوس) بخوات و لە هەموو ڕۆژێکیشدا جگەری بۆ حاڵەتە سروشتییەکەی بگەڕێتەوە.

تیمێك لە شیکارانی ئەم ئەفسانەیە، ئەو بڕوایەدان، ئەرپشکۆ ئاگرەی(برومثسیوس) دزی، بریتییە لە ڕۆحی ژیان، (برومثیوس) خۆی خەریکی دروستکردن و پێکهێنانی پەیکەرەکان بوو لە قوڕ، بە ئەو ڕێگەیەش توانی سەرکەوتوو بێت و ڕۆحی ژیان بخاتە نێو ئەو پەیکەرانەی دروستی ئەکرد، بە ئەوکارەش لە سنوورەکەی خۆی لایدابوو، ئەو کارێکی بەئەنجام گەیاند کە تەنیا پیشەوکاری خواوەندەکان بوو. لێرەوە(فیکتۆر فرانکنشتاین)بە (برومثسیوس)ی نوێ لە قەڵەمدا، چونکە ئەو دەیویست بە تۆژینەوە زانستییەکانی پرۆسەی خوڵقاندن و بەرهەمهێنانی ژیان بە ئەنجام بگەیەنێت، بەڵام سزاکەی ئەم لەسەر دەستی ئەو بوونەوەرە ناشرین و شێوێنراوە بوو کە بەدەستی خۆی و بەهەوڵە زانستی و تۆژینەوەکانی دروستی کردبوو. (برومثسیوس)ی کۆن هێمای هونەرمەندێکی داهێنەر و خوڵقێنەربوو لەسەدەی(18)دا، بەڵام(برومثسیوس)ی نوێ بووە نموونەیەك بۆ ئەو مرۆڤەی خۆی لە بیردەچێتەوە و لە توانای خۆی لیڤرا دەبێت و سنووری خۆی تێدەپەڕێنێت. ئەگەرچی سەرەڕای ئەو دەلالەت و مەبەستانەی ئەفسانەکەو ڕۆمانەکەش لە خۆیان گرتووە، زاناکان هێشتا هەر هەوڵ دەدەن نهێنی ژیان بزانن، ئەمەش بۆتە هۆی ترس و نیگەرانی و پرسیارکردن لە سوودی ئەم تۆژینەوەو دۆزینەوانەی کە ڕەنگە ببنە هۆی وێرانکردنی ڕەگەزی مرۆیی. هەروەکو(بیل جۆی-Bill Joy) زانا کە لە ڕاپۆرتێکی مانگی نیسانی(2000)لە گۆڤاری(Wired)دا ترسی خۆی بەرامبەر ئەو تاقیکردنەوانە دەربڕیوە کە بەبێ کۆت و چاودێری لە بواری جیناتەکان و هەوڵی دۆزینەوەی نهێنی و هێزەکانی ژیان بە ئەنجام دەدرێن و، داوادەکات بڕوانامەی ئاکاریمی دابنرێت و بەسەرکاری ئەنجامدانی تۆژینەوە زانستییەکاندا زاڵ بێت. بەڵام ئەم مەسەلەیە لەلایەن زۆربەی زاناو تۆژەران ڕەتدەکرێتەوە.

نهێنی ژیان

لە ڕاستیدا زاناکان بەرامبەر بە ئەنجامدانی ئەم تاقیکردنەوە و تۆژینەوانە، بوون بە دوو تیمی دژ بە یەکترەوە، تیمێکیان بە دیدێکی پڕ لە گومان و ڕەشبینییەوە دەڕواننە ئاکامە گریمانکراوەکان و کاریگەرییان لەسەر پاشەڕۆژی مرۆڤ، بەڵام زانایانی تیمەکەی دیکەیان لەو بڕوایەدان بەرهەم و ئاکامی کۆتایی ئەم تۆژینەوانە، لەبەرژەوەندی مرۆڤ و خێری مرۆڤایەتیدایە.

یەکێك لە بەناوبانگترینی ئەو زانا ڕەشبینانەی کە گومانیان لە سوودی توانا بەگەڕ خستووەکان هەیە و بەردەوام دژ بە ئەو تۆژینەوانەیە کە بەبێ کۆت و ڕەچاوکردنەکان لە نهێنی ژیان دەتۆژنەوە، بیرمەندی ئەمریکی و مامۆستای زانستە سیاسییەکان(فرانسیس فۆکۆیاما)ی خاوەن کتێبی(کۆتایی مێژوو)ە، کە هەر لە کاتی بەدەرکەوتنییەوە تاوەکو ئێستاش بۆتە مایەی مشتومڕ لەسەر ئاستی جیهانی فۆکۆیاما ساڵی ڕابردوو(2002)کتێبێکی کەم

ویتەی دەرکرد، بەناونیشانی(پاشەڕۆژمان لە قۆناغی پاش مرۆڤایەتیدا)، ئەم کتێبە ناونیشانێکی لاوەکی دیکەشی هەیە: (ئاکامەکانی شۆڕش لە بواری بایۆلۆژیای زیندەییدا)، لەم کتێبەدا ترسی خۆی دەردەبڕێت کە: هەموو ئەو تەکنیکانەی بواری توێژینەوەی جیناتەکان بێنەدی، کە پێشتر نووسەری ڕۆمانتووسی بەریتانی(ئەلدس هێکسلی) لە ڕۆمانەکەیدا(جیهانێکی نوێی جەربەزە)پێشبینی کردووە، تیایدا ڕوونی کردۆتەوە، مرۆڤ چۆن بە ناوی پێشکەوتن و پەرەسەندن و بالأبوونی بۆماوەییدا وردە وردە ڕۆحی خۆی لەدەست دەدات، بەهۆی کاریگەری دەرمانەکان و ئەو چالاک کەرەوانەی چێژوخۆشییەکی کاتییان پێدەبەخشێت. فۆکۆمایا لەو بڕوایەدایە، ڕوو کردنە ئەمجۆرە دەرمانانە بۆ دەربازبوون لەوحاڵەتی خەمۆکییەی باڵی بەسەرزۆردا کێشاوە، دەتوانێت مرۆڤ بگەیەنێتە ئاستێك کە کەسایەتی خۆی لە دەست بدات، ئەو زیانانەی لە ئەنجامی بەکارهێنانیشیانەوە پەیدا دەبن، لە مەترسیدا زۆر لەو کەموکوڕی و خەوشی ڕەفتارییانە زیاترە کە مرۆڤ هەوڵ دەدات بەم دەرمانانە لەدەستی دەربازبێت هەروەها ئەگەر دەرمانێك هەبێت یاریدەی درێژکردنەوەی ماوەی ژیانی تاکەکان بدات، ئەوا درێژی ماوەی ژیان دەبێتە هۆی بەنێویەکداچوونی نەوەکان، کەلەوەش تێکچوونە مەترسیدارەکانی لێدەکەوێتەوە، لە دابەشکردنی هێزو داهات و بواری کارکردن و زۆر بواری دیکەی کۆمەڵایەتی، خۆئەگەر ئەندازەی بۆماوەیی سوودی ئەوتۆی لە بواری ئوژداری وزاڵبوون بەسەر بێتوانایی‌و هەندێك نەخۆشی جینی بۆماوەییدا هەبێت، کە نکوڵی لێناکرێت، ئەوا بەکارهێنانی لە پاسارهێنانەوە و بەردەوام بوون لە پراکیس کردنی هەندێك لەو ڕەفتارانەی کۆمەڵگەی مرۆیی نکوڵی لێدەکات، بە خراپی دەشکێتەوە، وەك لادانی سێکسی. بێجگەلەمانەش، سوودوەرگرتن لە ئاکامەکانی ئەم توێژینەوانە بە زۆری بۆ چینە دەوڵەمەندەکانە، کە ئارەزووی ڕاگیرکردن و چەسپاندنی بۆماوەیی هەندێك لە خاسیەتە جەستەیی و کۆمەڵایەتییەکانیان دەکەن، ئەمەش یاریدەی بنج بەست کردن و جەخت کردن لەسەر جیاوازییە کۆمەڵایەتییەکان دەدات لەسەر بنەما بایۆلۆژییەکان و، دەبێتە دژێك بۆ یەککگرتوویی کۆمەڵایەتی لە زۆربەی گرفت و تێکچوونەکان، لەسەردەمێکدا کە جیهان تیایدا بەرەو زیاتر دیموکراتی و دانهێنان بە یەکسانی نێوان خەڵك، لە زۆربەی ماف و ئەرکەکاندا دەڕوات.

بۆ ئەوەی مرۆڤایەتی لە ڕووبەڕووبوونەوەی ئەم مەترسییانە دووربکەوێتەوە، پێشنیاری دەست تێوەردانی دەوڵەت بۆ ڕێکخستنی بەکارهێنانی ئەم تەکنیکە دەکرێت، بگرە بۆ ئەوەی جۆرێك لە گەمارۆی جیهانی بەسەر بەکارهێنانی تەکنیکەکانی کلۆنکردن و تەکنیکی ئەندازەی بۆماوەیی بسەپێنن، تاوەکو یارمەتی هێنانەدی ئەو گۆڕانانە بدات کە دەکرێت لە نەوەیەکەوە بۆ نەوەیەکی دیکە بگوازرێتەوە. فۆکۆیاما دەگاتە مەترسیدارترینی ئەو ئاکامانەی کەوا گریمان دەکرێت لە شۆڕشی بایۆتەکنەلۆژی ئێستادا بەدەربکەوێت، ئەویش گریمانی ڕوودانی گۆڕانە ڕیشەییەکانە لە خودی سروشتی مرۆییدا، کە دەبێتەهۆی دەرکەوتنی قۆناغێکی نوێ لە مێژووی پەرەسەندنی‌مرۆیی، کە(قۆناغی پاش مرۆڤایەتی– post humanity)یە، لەبەرئەوەی هەر بەتەنیا دەست خستنە نێو خاسیەت پێکهاتوو و چاوگەکانی ئەم سروشتە مرۆییە(وەك دەیزانین) بە پێویست دەبێتە هۆی جیاوازیی ڕوانین لە خودی مرۆڤەکان وەك یەکەیەکی هەمەکی(گشتی) و بەهەموو ئەو شتانەی ئەم ڕوانینە نوێیە هەڵیدەگرێت، لەو کێشمەکێشە مەعریفی و ئابوورییانەی زۆر ترسناکن. لەو ئامۆژگارییەی لەم ڕاوبۆچوونەوە کورت دەبێتەوە، ئەوەیە: ئەگەر خەڵکی ئێستا بایەخ بە ئەو چەکە دەدەن کە پێی دەڵێن چەکی خۆکوژی، ئەوا باشتروایە پێش ئەوکارە بایەخ بە چەکە مەعریفییەکان بدەن کە دەبێتە هۆی داهێنانی ئامراز و نێوەندەکانی ئەم خۆکوژییە.

سەرلەنوێ پێکهێنانەوە :

لە سەرووی ئەو تیمەی لایەنگری بە ئەنجامدانی تاقیکردنەوە و توێژینەوەکانن، لە بواری ئەندازەی بۆماوەیی و تەکنەلۆژیای جینەکان و بایۆتەکنەلۆژیا، یان تەکنەلۆژیای زیندەیی، بە شێوەیەکی گشتی(گریگۆری ستوك)ە، کە ئەویش لە ساڵی ڕابردوودا کتێبێکی بڵاوکردەوە(سەرلەنوێ پێکهێنانەوەی مرۆڤ)، کە ناونیشانێکی لاوەکی دیکەشی هەیە: (پاشە ڕۆژی نووسراوی جینیمان). ستوك لەم کتێبەدا زۆر ڕوونبینانە لە پاشە ڕۆژی مرۆڤ و مرۆڤایەتی دەڕوانێت، لەو بڕوایەدایە، لەسایەی ئەم پێشکەوتنە زانستییەدا، ئەم قۆناغەی ئێستا مرۆڤ لە پەرەسەندندا پێی گەیشتووە، کە قۆناغی مرۆڤی ئاقڵە، دوایەمش نییە لە زنجیرەی بەشە بەدوایەکداهاتووەکان لە پەرەسەندنە سەرەکییەکاندا، بەڵکو تەنیا لایەنی چەماوەی پەرەسەندنی گەورەی بایۆلۆژی دەنوێنێت، کە دەبێتە هۆی گۆڕانی پێکهێنانی فیزیکی و ڕەفتاریی و توانای مێشکی مرۆڤ و، دەیگەیەنێتە ئەو

ڕەمەندە نوێیانەی کە بە ئاسانی و ووردی دیاری ناکرێت، هەروەها سەرلەنوێ پێکهێنانەوەی سروشتی مرۆیی پرۆسەیەکی هۆشیارانەیە و بە گوێرەی پێشکەوتنی زانستی لە بواری بۆماوەیی مرۆیی و بایۆلۆژیای مرۆیی بەڕێوە دەچێت و لەگەڵ خواست و حەزەکانی خودی مرۆڤدا دەگونجێت، بۆ چاککردنی توانای دەسەڵاتە جیاوازەکان کە پێویستە مرۆڤی ئێستا ببێتە خاوەنی و، ڕەنگەلە ئەمەوە بۆ نەوەکانی دواتر بگوێزرێتەوە. لەبەرئەوە پێویستە پێشوازی لەو دۆزینەوە و توێژینەوانە بکرێت کە یاریدەی درێژکردنەوەی تەمەن و درێژبوونی ماوەی ژیان دەدەن، و هەموو پێداویستییەکیان بۆ دابین بکرێت، کە یاریدەی بەرزکردنەوەی ئاستەکانی ژیان و توانای نەوەکانی دواتر دەدات، لەڕێگەی دەست خستنەنێو نەخشەی جیناتە تایبەتەکان بە منداڵی پاشەڕۆژ، چاککردنی ئەوەش دەبێتە هۆی باڵابوون بە توانایەکی جەستەیی و ئاستێکی زیرەکی بەرز، هەروەها شێوە و ڕوخساری بەگشتی و چەندین سیفاتی و شێوەی چاک وباش. بەم پێیە ستوک لەوبڕوایە دایە، کە باش و ماقووڵ نییە کۆت و ڕێگرەکان بەسەر توێژینەوەکانی بواری تەکنەلۆژیای زیندەییدا بسەپێنرێت، چونکە ئەمجۆرە ڕێگرانە بەهیچ شێوەیەك ڕێگە لە زانا توێژەرەوەکان ناگرێت، لە بەئەنجامدانی کاری پەرەسەندنی ئەم تەکنەلۆژیار تەکنیکانە، لەبەرئەوەی ئەمە لۆژیکی سروشتی جوولەی توێژینەوە و پێشکەوتنی زانستییە. خۆ ئەگەر کۆمەڵگە خۆرئاواییە دیموکراتییەکان، لەبەر هۆکارە ئاکاری و کۆمەڵایەتییەکان، توانیان کۆت و بەند لەبەردەم توێژینەوەکانی ئەم بوارە دابنێن، ئەوا کۆمەڵگەی دیکەی وەکو چین داهات و بودجەیەکی زۆر بۆ توێژینەوەکانی بواری تەکنەلۆژیای زیندەیی و ئەندازەی بۆماوەیی خەرج دەکات، چین لەو بڕوایەدایە ئەو هۆکارە ئاکارییانەی لە نێو کۆمەڵگە خۆرئاواییەکاندا لە ئارادایە، ڕێگە لە توێژینەوەکانی چین ناگرێت و هەروا بە ئاسانیش واز لەو توێژینەوانە ناهێنێت. لە مانە ڕوونتر ئەوەیە، سەپاندنی کۆت و بەندەکان لە زۆربەی کاتدا دەبنە هۆی هێنانەدی ئەو ئاکامانەی کەوا دەکات ئەم کۆتانە ببنە ڕێگر. لەبەرئەوە شتێکی ئاسان نییە، ئەگەر نەڵێین مەحاڵە، ڕێگە لە دەوڵەمەند و خاوەن تواناکان(لە ڕووی ئابووری و سیاسییەوە) بگیرێت کە ئاکامەکانی ئەم توێژینەوانە بەکاربهێنن، ئەوان بۆ هێنانەدی مەبەستە تایبەتییەکانی خۆیان پشت بە ئاکامەکان دەبەستن، بەپێچەوانەی حاڵی چینەکانی دیکەی کۆمەڵ. بێجگەلەوەی ئەم کۆت وبەندانە زۆربەی خەڵکی لە زانینی لایەنە خراپ و زیانەکانی ئەم تەکنیکانە بێبەش دەکات، تاوەکو لە بەکارهێنانی دووربکەونەوە. لەبەرئەوە: هەروەك ستوك لەو بڕوایەدایە، باشتر وایە کۆمەڵ لە ئاکامەکان ئاگاداربێت و ئەو زیانانەش ڕوون بکرێنەوە کە لێی دەکەوێتەوە، ئەگەر زیانی لێبکەوێتەوە!

چەمکی نوێ

ئاشکرایە ئەو گرفتە سەرەکییەی ئێستا ڕووبەڕووی زاناو توێژەرەوان دەبێتەوە، لە بنەڕەتدا گرفتی ئاکارییە و بە ئەو ئاکامانەوە بەندە، کە لە کارکردن لە نەخشەی جینیدا پەیدا دەبێت، هەروەها لەو زیانانەی لە کۆمەڵگە دەکەوێت، لە ئەنجامی خستنە ژێر باری ئاکامەکانی ئەم توێژینەوانە لە (دروستکردنی) جۆرە منداڵانێك کە خەسڵەتی توانای مێشك و جەستەیی و ڕەفتاریی لەوتۆیان هەبێت، کە لە ئەندامەکانی دیکەی کۆمەڵدا نییە، ئەو پێشبینییانەی بەم پێیە دەکرێن: لە ڕووی یەککگرتوویی کۆمەڵایەتی و ئاسایشی ناوخۆو پەیوەندی تاکەکان لە کۆمەڵدا، ئەو پێشبینییانەن کە ترس و نیگەرانی لای زۆربەی کەس دروست دەکەن، چونکە دەکرێت ئەم ئاکامانە بهێنرێنە دی، لە ڕێگەی بەکارهێنانی دەرمانی تایبەتی و دەست خستنە نێو ئەندازەی خانەکان یان نوێکردنەوەی هەندێك شانەی لەش، یان هەڵبژاردنی جۆری کۆرپەلە، پێش ئەوەی بە ڕاستی لە منداڵدانی دایکدا بچێنرێت، دواتریش پێویستی بە ئەنجامدانی چاککردن دەبێت، لە بواری ئەو مافە مەدەنییەی کە یەکسانی نێوان هەموو ئەندامەکانی کۆمەڵ دەیسەپێنێت، بەلایەنی کەمەوە لە کۆمەڵگە دیموکراتییەکاندا.

ئەو پرسیارەی بیر و هۆشی زۆر لەو کەسانەی بایەخ بە پاشەڕۆژی مرۆڤ و مرۆڤایەتی دەدەن، داگیرکردووە، ئەوەیە:

ئایا پشت بەستنی چاوەڕوانکراو بە ئاکامەکانی توێژینەوەی بواری تەکنەلۆژیای زیندەیی، دەبێتە هۆی بزربوونی کۆمەڵگەی مرۆیی، بەو دیمەنەی ئێمە شارەزایین؟

ئایا کۆمەڵگەیەکی نوێ بەدەردەکەوێت کە لە چەندین گروپ یان چین لە خەڵکی پێکهاتبێت و هەریەکەیان بە توانا و خەسڵەت و دەسەڵات و بوارێکی ژیان بناسرێن، بەهۆی ئەو جیاوازییە بایۆلۆژییەی مرۆڤ خۆی دەست دەخاتە نێو دیاریکردن و جێبەجێ کردنیەوە؟ ئایا ئەوەش دەبێتە هۆی دەرکەوتنی چەمکێکی نوێ بۆ مانای مرۆڤ و مرۆڤایەتی؟!.

ئایا بە لیزەر لاوێتی دەگەڕێتەوە

نوسینی: دکتۆر ئەنوەر دەندەشلی

کاتێک ئاگاداری دەردەسەرییەکانی ئەو نەشتەرگەرییانە دەبین کە پێستی دەموچاو ڕادەکێشێت، یان لایدەدات، بەرامبەر سووربوونی هەندێک کەس لە جوانکردنی دەموچاویان، بێ لە دڵ و ڕۆحیان، سەرمان سوڕدەمێنێت!

لاوێتی بریتییە لە جوانی و هێز و دوورکەوتنەوە لە ترسی نەخۆشییەکان و نیگەرانیی مردن، کاتێکیش ڕۆژگارەکان جێ پەنجەی خۆیان لەسەر دەموچاوەکان جێدەهێڵن، هەروەک کەڵەکەبوونی خەم لە چاوەکاندا، سەیر نییە مرۆڤ هەوڵی دۆزینەوەی چارەسەرەکان بدات، ئەو نەگەرانەش بەدوای گەڕانەوەی لاوێتی یەکێک نییە لە تایبەتمەندییەکانی ئەم سەدەیە، بەڵکو ڕەگوڕیشەی ئەم مەسەلەیە دەگەڕێتەوە بۆ نزیکەی دوو هەزار ساڵ لەمەوبەر و بۆ بەکارهێنانی ڕۆنی ئاژەڵ و خوێنی مەڕمەڕ لای میسرییە کۆنەکان هەرچەندە توێژینەوە زانستییەکان دەربارەی جوانکاری دەگەڕێتەوە بۆ سەرەتای سەدەی بیست، کاتێک جۆرج میکی کە پزیشکێکی نەخۆشییەکانی پێستە و ڕەگەزی بەریتانییە، ڕاپۆرتێکی دەربارەی بەکارهێنانی (فینۆل) بۆ نەهێشتنی جێی برین بڵاوکردەوە. دوای ئەویش چەندین ڕاپۆرت دەربارەی پاککردن / لێکردنەوەی کیمیاوی بڵاوبۆتەوە کە ڕێگەیەکی کۆنە بۆ لابردنی پەڵە و ئێستا لەڕێی تەکنیکی نوێسوە Dermabrasion و سوورەکانی بەهێزترن. سمارتە کردنی پێست باشترین ڕێگەی لابردنی چرچ و لۆچییەکانە، سمارتەکردن واتە سڕینەوەی میکانیکی پێست بە فڵچەیەک کە بە کارەبا دەسووڕێتەوە، ئەم نەشتەرگەرییە جیدی و وردە و پێویستی بە (بەنج) سڕکردنی گشتییە و بەکارهێنانی بەربڵاوە، بەڵام هەر ئەوەندەی لیزەر لەنێو بنکەکانی توێژینەوەدا بەدەرکەوت، تۆژەران دەستیاندایە بەکارهێنانی بۆ لابردنی چرچ و لۆچی دەموچاو و بووە جێگەی باس و مشتومڕی خەڵکی، کەواتە با لە ڕاستی ئەم بەکارهێنانەو ئەوانەی بۆ بەکارهێنانی دەشێن و لەسوود و زیانەکانی تێبگەین.

*** لیزەرو بەگژداچوونەوەی سەخت**

سپێدەی لیزەرە تۆژدارییەکان لە شەستەکانی سەدەی بیستدا هەڵهاتو پێست بە تیشکی ئاسۆکانی گەش بۆرە، ج وەك چارەسەرێکی گونجاو بۆ نەهێشتنی نەخۆشییەکانی پێست، یان بۆ لابردنی مووی نەوویستراو، ڕەنگە گرنگترینی بەکارهێنانەکانی لابردنی چرچ و لۆچییەکانی دەموچاو بێت، با بزانین ئەوەش چۆن چۆنی؟

لیزەرەکان لە شەستەکاندا پەریان سەند، ئەوەی ڕووناکییەکی بەرزی شەپۆلی ((10600 ن م)) هەیە، تیشکی لیزەر بەشێوەیەکی بەردەوام (Co_2)ی وەك شەلال لێدەربەچێت و دەکەوێتە سەر ئاوی ناوەوەو دەرەوەی خانەکان، ئاوەکە گەرم دەکات و دەیکاتە هەڵم و ئەو شانانەی دەوروبەری و وێران دەکات، ئەم لیزەرە زۆر بە ووردی و وەك ئامێرێکی بڕەر –بێ خوێن ڕژان– بەکاردەهێنراو پزیشکە سەرکێشەکان بۆ سڕینەوەو لابردنی چرچ و لۆچی بەرکاریان دەهێنا، بەڵام ئەو سووتانە ئاکامێکی باشی نەدەبوو، پێستی دەموچاو وەك گۆڕەپانی جەنگەکانی لێدەهات! چونکە گەرمکردنی لەیزەر بە پلەی (120–200)پلەی سەدی دەوروبەری ئەو خانانەی وێران دەکرد، لەبەرئەوە زاناکان بەدوای دۆزینەوەی ئەو لیزەرەدا گەڕان کە شەپۆلەکانی کورت و بەدوایەکدا هاتووبن، بە جۆرێك کاتی درێژبوونەوەی تیشکی لەیزەرەکە لە کاتی ساردبوونەوەی ئاوی شانەکانی دەوروبەری ئەو خانەیە کەمتربێت،بەمەش لیزەر ڕێزو خواستی بۆ گەڕایەوە لە سڕینەوەی دەموچاوەکاندا، هەروەك لە نەوەدەکانی سەدەی ڕابردوودا بینرا، تەکنیکیش لیزەری وەك کۆمپیوتەر ڕازاندەوە تاوەکو زیانەکانی کەمبکاتەوەو بە ئاسانی بەکارهێنرێت.

لەگەڵ زیادبوونی خواست و داواکارییەکان، لیزەری (ئێربۆیم یاگ– Erbuim:YAG) بە دەرکەوت کە خاوەن شەپۆلی کورتە (2940 ن م)و دەمێنەوەی لیزەری پێشووتر لە هەموو ڕووەکانەوە کاریگەرترو باشترە.

***ئەوانەی بۆ لاوێتی پاڵێوراون**

بەر لە نەشتەرگەری جوانکاری، پێویستە کەسی پسپۆڕ تەواو لە چۆنیەتی باری کەسی داواکار دڵنیا بێت، وەك: ئەو کەسە نەخۆشییەکانی خوێنبەرەکان و کۆلاجین و تێکچوونی بەرگری نەبێت، پێستی ئەو کەسە زیاد لە پێویست نەرم نەبێت (لەئەنجامی بوونی شوێنەوارەکانی برین یان سووتان) تاوەکو دوچاری نەخۆشییە ترسناکەکانی پێست نەبێتەوە بێگومان پێست سپییەکان ئاکامی باشتر و دەست دێنن لە چاو پێست ئەسمەرەکان، چونکە تاوەکو پێست سپی تر بێت، مەترسی بەدەرکەوتنی ڕەنگ لە جێگەی سڕینەوەکان کەمتر دەبێت. ئەوانەش کە پێشتر نەشتەرگەری جوانکارییان بە ئەنجامداوە، وەك ڕاکێشانی پێست، پێستیان لاوازتر دەبێت و کاریگەری لیزەر لە بە هەڵم بوونی ئاوی شانەکاندا کەمتر دەکاتەوەو مەترسی ئارێك بوونی پێڵووەکان زیاتر دەکات (بۆ ئەوانەی چارەسەری حاڵەتی (ISOTRETINOIN) یان پێشتر کردوە بۆ ڕاستکردنەوەی پێڵووەکانیان).

هەروەها پێویستە ئەوانەی دەرمان بەکاردەهێنن، ساڵێك بەر لە ئەنجامدانی نەشتەرگەری بە لیزەر لەو بەکارهێنانە ڕاوەستابن، تاوەکو دوچاری جێبرینی گەورە نەبن.

سەرەڕای ئەوانە، پێویستە ئەو کەسانە بەشێوەیەك هان نەدرێن کە لیزەر دەبێتە بەرکەوتنێکی سیحری و تەواو گەنجیان دەکاتەوە، یان دوورخستنەوەی ئەوانەی نەخۆشی دەروونییان هەیە لە ڕێی وێنەگرتنیانەوە پێش نەشتەرگەییەکەو دوای ئەوەش تاوەکو دوچاری کێشەکێش نەبنەوە. هەروەها دەبێت لە تەندروستی پێستی ئەو کەسانە دڵنیابن و هەر نەخۆشی و کەموکوڕییەك هەبێت، پێویستە پێش نەشتەرگەرییەکە چارەسەر بکرێت. وازهێنان لە جگەرەکێشانیش پێش و دوای پرۆسێسەکە گرنگە بۆ دوورکەوتنەوەی لە ئاکامی لاوەکی و تێکدانی نەشتەرگەرییەکە.

کاتێك بڕیار دەدرێت بۆ ئەنجامدانی نەشتەرگەییەکە، سڕکردن یان جێگەیی دەبێت یان گشتی، پاشان پێست دەسڕێتەوە بە لیزەر، ئەمەش ناتەواییەکی ڕووکەشی لای کەسەکە جێدەهێڵێت و دواتر لە ماوەی (5–10) ڕۆژ چاکدەبێتەوە، هەروەها تا ماوەی (24–48) کاتژمێر هەست بە سووتان دەکات، دەکرێت پێچەر بۆ دەموچاو بەکار بێت یان هەر بە ڕووتی بهێڵرێتەوە،پاشان هێورکەرەوەو (ستیدونیدات)ی پێدەدرێت بۆ کەمکردنەوەی دەردەسەری و ناخۆشییەکانی، دژە ڤایرۆسەکانیش پێش (1–3) ڕۆژ لە نەشتەرگەییەکەو تاوەکو (7–10) ڕۆژی دوای

نەشتەرگەرییەکەی پێدەدرێت و ئەوجا چاوەڕێی ناکامەکان دەکرێت.

ناکامەکان

زۆربەی ئەو کەسانە پاش (7-10) ڕۆژی نەشتەرگەرییەکە دەست بەکار چالاکییەکانیان دەکەنەوە، دەبێت بۆ ماوەی (2-3) مانگ پاش ئەوە لە تیشکی خۆر دووربکەونەوە تاوەکو پەڵەو ڕەنگ لەسەر پێستیان دروست نەبێت، پاش چاکبوونەوەش پێستەکەی تا چەند هەفتەیەك ووشك دەبێت، لەبەر ئەوە دەبێت کرێمی شێدارو نەرمکەرەوە بەکاربهێنێت، لەمانگی یەکەمیشدا ئەو کەسە هەست بە ڕاکێشان و خووراندنی پێستەکەی دەکات.

هەریەك لە لیزەرەکانی ئێربیۆم و (Co_2) بە ڕێژەی (63-93٪) لە چرچ و لۆچی دەوروبەری چاو و (81-99٪)ی دەوروبەری لێوەکان کەمدەکەنەوە، ئەوانەش کە چرچ و لۆچییەکانی دەموچاویان زۆرە بەڕێژەی (45-50٪)، ئەگەرچی ئێو برۆو ناوچەوان بەو ڕێژەیە لارتر ئانوێنێت، بەڵام ئەویش بە ڕادەیەك چاکدەبێت کە گونجاو بێت، ئەم گەنج بوونەوەیە تا ماوەی (1-2) ساڵ پاش چارەسەر بە لیزەر بەر دەکات.

هەندێك توێژەر لەو بڕوایەدان بەکارهێنانی هەردوو جۆری لیزەرەکە (ئێربیۆم و Co_2) پێکەوە ئاکامی باشتریان لێدەکەوێتەوە. بەڵام پاش چەند تاقیکردنەوەیەك دەرکەوتووە کە ئاکامەکان هەمان شێوەی بەکارهێنانیانە بە تەنیا.

وا چاوەڕوان دەکرێت نەخۆش پاش نەشتەرگەرییەکە دوچاری سووربوونەوە بێت، بەتایبەتی لە پاش (8-11) ڕۆژەوە، ئەو سووربوونەوەیەش چەند هەفتەیەك تاوەکو شەش مانگ دەخایەنێت، ئەویش بە گوێرەی قوڵی/ڕادەی سڕینەوەکە، بۆ ئەوەش دەرمانی پێویست بەکاردەهێنرێت. ئەگەر پێستی ئەو کەسە ئەسمەر بێت ئەوا بێجگە لە سووربوونەوە (پەڵەی ڕەش)یش لە جێگەی نەشتەرگەرییەکە بەدەردەکەوێت و ئەویش پێویستی بە بەکارهێنانی دەرمانی گونجاو دەبێت.

ڕەنگە پاش بەکارهێنانی لیزەر زۆربەی نەخۆشەکان، ئیدی ڕەنگی پێستیان هەرچییەك بێت، دوچاری پەڵەی سپی لە شوێنی نەشتەرگەرییەکە بن، ئەم حاڵەتە یان ماوەیەکی کورت دەخایەنێت، یان ڕاستەوخۆ لە دوای نەشتەرگەرییەکە بەدەردەکەوێت، ئەگەرچی پەڵەی هەمیشەیی سپی لە پاش (4-6)مانگ دەردەکەوێت لە دوای ئەمانی سووربوونەوەکە، بێگومان دەرکەوتنی پەڵەی سپی بەندە بە ئاستی سڕینەوەکەو ماوەی بەردەوام بوونی سووربوونەوەکەو بەئەنجامدانی ممارتەکردنی پێستەکە پێش ئەو نەشتەرگەرییە. بە دەگمەن حاڵەتە نەخۆشی و ناتەواوییەکانی دیکە لە پێستی ئەو کەسەدا ڕوو دەدات، ئەویش یان بەندە بە کەسی نەخۆشەوە لە ڕووی نەبوونی بێگەردییەوە یان لە ئەنجامی چاودێری نەکردن و پاراستنی پێستیەوە پاش نەشتەرگەرییەکە.

وەرچەی: ڕۆشنا

فەریکە خورما

لە ڕەق بونی خوێنبەرەکان دەتپارێزێت

قاهیرە/ ڕویترز

زۆر لە توێژینەوە زانستییەکان سودی فەریکە خورمایان بەشێوەیەکی گشتی دەرخست چونکە دەیان لە ڤیتامین وترش و خوێی پێویستەکانی تێدایە بۆ لەش، فەریکە خورما ورزە دەدات بە لەش لە ئەنجامی ئەو گەرموکە گەرمیانەی لەش وەریدەگرێت لە کاتی خواردنی خورمادا، هەروەها لە توش بون بە نەخۆشی کەم خوێنی و ڕەق بوونی خوێنبەرەکان دەتپارێزێت، لەگەڵ سودەکەیدا بۆ ئەو کەسانەی نەخۆشی شەکرەیان هەیە.

هەروەها فەریکە خورما هێزی بینین زیاد دەکات چونکە ڤیتامین A تێدایە هەروەها تەڕو پاراوی پێست دەپارێزێت و یادەوەری باش دەکات و لە ئەلزایمەر دەتپارێزێت.

یوسرا

مەترسیەکانی ووزەی ناووکی لەسەر مرۆڤ و ژینگە

دکتۆر عەلاء تەمیمی

لەوکاتەوەی مرۆڤ دەستیکردووە بە بەکارهێنانی ووزەی ناووکی لە پێش 50 ساڵ لەمەوبەرەوە و تا ئێستاش جۆرێکی نوێ لە کارەسات و هاوڕێ لەگەڵ کۆمەڵێک زاراوەی نوێ هاتنە نێو فەرهەنگی ژیان و زمانەوانی مرۆڤایەتیەوە کە پێشتر نەناسراوبوون وەک پاراستنی تیشکی و مەترسی تیشکی ناووکی و زۆری دیکە، بابەتی مەترسیەکانی ووزەی ناووکی بۆتە بابەتی سەرەکی ناوەندە تایبەتی و گشتی و جەماوەریەکان ئەوەش بەهۆی ئەو ترسە زۆرەی کە دروستیکردووە لە نێو کۆمەڵانی خەڵکیدا بە تایبەتی پاش بەکارهێنانی بۆمبای ناووکی لە هەر دووشاری هیرۆشیماو ناکازاکی لە (1945/8/6 و 1945/8/9)دا. پاش جەنگی جیهانی دووەم، هەروەها زانا فیزیاییەکان و ڕامیاریەکان و سەربازیەکانیش لەو مەترسیانەی ووزەی ناووکی و سوددو کەڵکەکانیشیان گەیشتوون، ترس لە ووزەی ناوکی وای لە کۆمەڵەی نەتەوە یەککرتووەکان کرد کە لە ساڵی 1955دا لیژنەیەکی زانستی دروست بکات بۆ لێکۆڵینەوە لە کاریگەری و مەترسیەکانی تیشکی ناووکی لەسەر تەندروستی مرۆڤ و ژینگە و، لە ساڵی 1957دا ئاژانسی نێو دەوڵەتی ووزەی گەردیلەیی دامەزرا بۆ پەرەپێدانی بەکارهێنانە ئاشتیانەکانی ئەو ووزە بی شوماره و پاراستنی ژیان و ژینگەش لە مەترسیەکانی.

ووزەی ناووکی: ووزەی ناووکی ئەو ووزە زۆرەیە کە لە ئەنجامی ئەو ئەو گۆڕانکارییەی کە لە بونیادی گەردیلەو پێکنەرەکانیدا ڕوودەدات، کە ئەوەش بەکارلێکی ناووکی دەناسرێت، هەموو گەردیلەیەک لە ناووکێک پێکدێت کە بە دەوریدا ئەلکترۆن دەسوڕێتەوە، تیرەی یەک گەردیلە دەکاتە 10^{-6}ملم،و تیرەی ناوکیش کەمترە لە 0.0001ی تیرەی گەردیلە، بارستایی ناووک دەکاتە 99.9٪ی بارستایی گەردیلە، لەناو ناووکدا پرۆتۆن و نیوترۆن هەیە، کە دەکرێت نموونەی گەردیلە وەک نمونەی خۆر و هەسارەکانی کۆمەڵەی

خۆر بچوێنرێت، ناووکی گەردیلە خۆرە و ئەلکترۆنەکانیش وەك هەسارەکان دەبن. بەپێی یاساکانی کارەبایی بارگە چوونیەکەکان لەیەکتر دووردەکەونەوە و جیاوازەکانیش یەکتر کێش دەکەن، بەو پێیە پرۆتۆن کە بارگەی موجەبە و 1836 جار لە ئەلکترۆن کە بارگەکەی سالب قورسترە، دەبوایە پرۆتۆن ئەلکترۆنی کێشیکردایە بۆ ناو ناووك، بەڵام بەهۆی سوڕانەوەی ئەلکترۆن بەخێراییەکی گەورە بە دەوری ناووکدا ئەلکترۆن لەسەر ڕێڕەوەکەی خۆی دەمێنێتەوە لە دەرەوەی ناووك، بەڵام سەبارەت بە پرۆتۆنەکان کە هاوبارگەن و بۆ ئەوەی لەیەکتر دوورنەکەونەوە ئەوا نیوترۆنەکان کە بێ بارگەن ڕۆڵی پێکەوە بەسترانی ئەو پرۆتۆنانە دەبینن.

بۆ هەموو توخمێك ژمارەیەکی دیاریکراو لە پرۆتۆنی تیایە کە بەو ژمارەیەش دەوترێت گەردیلە ژمارە کە ناوی توخمە کەو سیفەتەکانیشی دیاری دەکات، هەمان ژمارەی پرۆتۆن لە ئەلکترۆنیش لەو توخمەدا هەیە، تائێستا 112 توخم لە گەردووندا دۆزراوەتەوە.

زۆر دەمێکە مرۆڤ خەو بەوەوە دەبینێت کە بتوانێت توخمی هەرزانی وەك قورقوشم بگۆڕێت بۆ توخمی گرانبەهای وەك ئاڵتون، بەڵام هەرگیز ئەوە بەجێ نامێنرێت لە ڕێگای کارلێکی کیمیاییەوە، بەڵام لەوانەیە لە ڕێگای کارلێکی ناوکییەوە واتە دەستکاری و گۆڕانکاری لە بونیاتی گەردیلەدا ئەوەی جێبەجێ بکرێت، دوو جۆر کارلێکی ناووکیش هەیە

یەکەمیان کەرتبوونی ناوکییە کە توخمێکی قورسی وەك یۆرانیۆم کەرت دەبێت بۆ دوان و سیان چوار و هەروەها، دوەمیشیان یەکبوونی ناووکیە کە تیایدا توخمی سووکی وەك هایدرۆجین یەکدەگرن بۆ پێکهاتنی توخمی نوێ هاوڕێ لەگەڵ ووزەیەکی بێ شومار بە پێی هاوکێشەیە بەناوبانگەکەی ئەنشتاین کە بریتیە لە (ووزە=بارستایی×دووجای خێرایی ڕووناکی).

هەردووکرداری یەکبوون و کەرتبوونی ناووکی بناغەی دروستبوونی گەردوونیان داڕشتووە، بۆ نموونە لە یەکبوونی دووگەریلەی هایدرۆجین گەردیلەی هیلیۆم و ڕووناکی و ووزەی گەرمی زۆر دەردەپەڕێت کە ئەوەش بنچینەی کاری خۆر و ئەستێرەکانە، لەو یەکبوونەوە بەردەوام توخمی قورستر دروستدەبێت و کە ژمارەی پرۆتۆنەکانی دەگاتە 60 و کاتێك ئەو ئەستێرەیە بڕێکی زۆر لەو توخمانەی تیا دروستدەبێت ئەوا مانای وایە مەرگی ئەو ئەستێرەیە نزیکە! ئەوکاتە ئەوە ڕوودەدات کە بە (سەرو – تەقینەوە) واتە (Super Nova) دەناسرێت کە ئەوەش حاڵەتی تەقینەوەی ئەستێرەکەیە بە ڕووناکییەکی هێجگار زۆر و بڕێکی زۆر لە نیوترۆن کە لە یەکگرتنیان توخمی دیکەی وەك قورقوشم و ئاڵتون و زیو دروستدەبن، کە دوورنیە ئەو توخمانە لەڕێگای ئەیزەکەکانەوە ئەگەیشتبنە سەر زەوی! سوودەکانی ووزەی ناووکی لەوەدایە کە لە دواڕۆژدا دەبێتە یەکێك لە جێگرەوەکانی سەرچاوەکانی ووزەی ئێستا واتە پترۆڵ و خەڵوز، کە لەوە دەچێت ئەو سەرچاوانەی ووزەی تەنها بەشی 63-95 ساڵ بکەن بەپێی کەم و زۆری بەکارهێنانیان، چونکە بەپێی ئامارەکان یەدەکی نەوتی جیهان لە نێوان (1.4-2.1) تریلیۆن بەرمیلدایە و ساڵانەش بەڕێژەی 1٪- 2٪ بەکارهێنانی زیاد دەکات و بەو پێیەش ساڵانە 80 ملیۆن بەرمیل سەرف دەکرێت. تەنها بۆ بەراوورد بە بەکارهێنانی یەك تەن لە یۆرانیۆم لە ڕێگای کارلێکی ناوکیەوە ووزەیەك دەدات بە ئەندازەی سووتاندنی

ملیۆنەها تەن لە پترۆڵ و خەڵوز بەبێ ئەوەی ژینگەش بە پلەی ئەوان پیس بێت!! بەڵام دەبێت ئەوەش بزانین کە وزەی ناووکی مەترسی و زیانیشی لەسەر مرۆڤ و ژینگە هەیە، تەنها ئەمریکا و رووسیا نزیکەی 50 هەزار سەری ناووکی و بۆمبای هایدرۆجینیان هەیە کە ئەگەر خوانە خواستە بەکاریان هێنا ئەوا ژیان لەسەر زەوی ناهێڵێن، کە بە ئاشکرا ئاسەوارە خراپەکانی ئەو جۆرە چەکە کوکوژە دەبینرێت لە تەقینەوە ناووکیەکانی هیرۆشیماو ناکازاکی لە یابان، هەروەها لە لێچونە ناووکیەکەی ویستگەی شێرنۆبیل لە رووسیا لە ساڵی (1986) کە بوە هۆی کوشتنی ژمارەیەکی زۆر لە کەسانی ئەو ناوچەیەو کەسانێکی زۆریش بەهۆی تیشک لێدانەکەوە تووشی شێرپەنجە هاتن، پاشەرۆی کارپێکەرە ناووکیەکان بۆ چەندین ساڵ دەمێننەوەو زیانی خۆیان دەدەن بۆیە پێویستەشوێنی تایبەتی قایم و توندو تۆڵیان بۆ مسۆگەر بکرێت.

لەو چەند سەدەیەی دوایشدا مرۆڤ توانی کە وزەی ناووکی لە پێناو خزمەت کردنی پێشخستنی تەکنیکیو لە

چەند بوارێکدا بەکاربهێنێن، بۆ نمونە بەکارهێنانی لە بواری نۆژداریدا بۆ چارەسەرکردن و دیاریکردنی نەخۆشی و پاکژکردن، لە بواری پیشەسازی بۆ بەرهەمهێنانی نیمچە گەیەنەرەکان و چارەسەرە کیمیاییەکان و دیاریکردنی کەم و کورتیە پیشەسازییەکان و تەکنیکی دیاریکردنی چاکێتی بەرهەمەکان، بەکانزاکردن و گەڕان بە دوای خاوەکاندا، جگە لەوانەش بەکارهێنانی وزەی ناووکی لە هەموو بوارەکانی کشتیاریو کشتوکاڵیدا، هەروەها لە بواری بەرهەم هێنانی وزەی کارەبا، 77٪ی وزەی کارەبا لە فەرەنسا لە رێگای وزەی ناوکییەوە بەرهەم دێت، ئەو رێژەیە لە یابان 30٪ یەو لە ئەمەریکا 20٪ بەشێوەیەکی گشتی 20٪ی کارەبا لە جیهاندا لە رێگای وزەی ناووکیەوە بەرهەم دێت.

بەڵام لەگەڵ ئەو هەموو بەکارهێنان و سودانەی وزەی ناوەکی، دەبێت ئەوەش بزانین کە ئەگەر ئەو وزە بێ شومارە بەکارهێنرا بۆ مەبەستی لەناوبردن و وێرانکاری ئەوا دەبێتە چەکێکی کوشندەی کۆمەڵ کوژی بێ وێنە، دوو تەقینەوە ناووکیە مەزنەکانی هیرۆشیماو ناکازاکی زۆر دوورنیە لێمانەوە تائێستاش ئاسەواری تیشکە کوشندەکانی لەسەر ئەو ناوچانە ماوە، چونکە لەمیانەی هەر تەقینەوەیەکی ناووکیدا برێکی باش لەتیشکی کوشندەی بینراو دەردەچێت و لە پاشیشدا برێکی باش لە تیشکی نەبینراوی نەبینراوی کوشندە دەردەچێت و کە بۆ ماوەی چەندین ساڵ دەمێنێتەوە، بۆ نمونە تیشکی ئەلفا کە توانای برینی نیەو تیشکی بیتا کەتوانای برینی (1-2) سم ی هەیە و تیشکی گاما کە هیچ بەربەستێك نیە رێگری لە برینی بکات جگە لە پلێتی ئەستوری قورقوشم و چینی ئەستوری چیمەنتۆ یان ئاو.

نمونەی کارەساتە ناوەکیەکان زۆرن لەسەر هەردوو ئاستی سەربازی و شارستانی، لە نمونەی کارپێکەرە ناووکیە شارستانیەتەکان، رووداوی سێ‌میلی لە ئەمریکا کە لە ساڵی (1979) دا بوو و بووە هۆی پیس بونی رووبەرێکی فراوان بەشێك، و لێچونی کارپێکەرە ناووکیەکانی تشرۆبیل لە ساڵی 1986 لە رووسیا، هەروەها لە رووداوی دامەزراوە سەربازیە کان تایبەت بە وزەی ناووکیەوە روداوی ناوچەی (کیشینم) لە زنجیرە چیاکانی ئۆراڵی روسیا لە ساڵی 1957 و رووداوی (وندسکیل) لە بەریتانیا لە ساڵی (1957)، هەروەها لەبواری گواستنەوەی ئەو چەکە کوشندانە نزیکەی (14) رووداوی دڵتەزێن روویداوە، لەسەر ئاستی گواستنەوەی دەریایی و ئاسمانی، جگە لەوانەش چەندین رووداوی بەجێهێنانی سەرچاوە تیشکیەکانی وەك رووداوی (حەوارین) لە مەکسیك لە ساڵی (1977) و روداوی مەحەمەدی لە مەغریب لە ساڵی 1984 و رووداوی (گوانیا) لە بەرازیل.

پەرچڤەی: هیوا

کوللە.. دەسەڵاتی کەمایەتی

کوێستان ڕەشید عەبدوڵڵا
پسپۆڕی بایۆلۆژی

لەکاتێکدا کە تارمایی برسێتی بەترسناکییەکانیەوە دەردەکەوێت و لەهەندێک دەوڵەتدا ساڵ تا ساڵێک خۆی دەسەپێنێت لەو کاتەدا هەڵمەت و هێرشی مێرووییەکی قەبارە بچکۆلەو زیان هەرە گەورە دووبارە دەبێتەوە بۆ ئەوەی زیان و جار بەجاریش لەناوبردن بگەیێنێت بەتەپوو بەووشک کە ئاسایشی خۆراکی مرۆڤ بەهەژێنێت، دوا هەڵمەتی کوللە زۆر دەوڵەتی لەباکووری ئەفریقادا گرتەوە کە وای کرد ترسناکی لەپێدابێت و زۆر نزیک بێت. کوللە دەگەڕێتەوە بۆ لقی پێ جومگەییەکان دەگەڕێتەوە.

پلەی مێرووە باڵ ڕاستەکان کە 28 خێزانی لەخۆگرتووەو 20000 بێت. جۆر دەگرێتەخۆ لەجیهاندا کوللە بەوە جیاوازە لەخێزانەکەی خۆی کە توانای گۆڕینی ڕەفتارو نەریت و کۆچکردنی خۆی هەیە بۆ ماوەی دوورو ماوەی تایبەتی هەیە بۆ زۆربوون و پەروەردەو ناوچەی داگیرکردن و هێرش بردن.

سەرەڕای بوونی جۆری تری ترسناک لەکوللە، وەك کوللەی ئەفریقی کۆچکردوو بۆ ئەفریقاو کوللەی خۆرهەڵاتی کۆچکردوو بۆ باشووری خۆرهەڵاتی ئاسیاو کوللەی سووری کۆچکردوو بۆ خۆرهەڵاتی ئەفریقاو کوللەی قاوەیی کۆچکردوو بۆ باشووری ئەفریقاو کوللەی خۆرئاوای کۆچکردوو بۆ باشووری خۆرهەڵاتی ئاسیاو ناوەڕاستی ئاسیاو وەك تورکیاو ئێران و عێراق و ئەفغانستان هەندێك لەکۆمارەکانی یەکێتی سۆڤێتی پێشوو مەغریب و جەزائیر و کوللەی بۆمبای و کوللەی ئوستورالی کۆچکردوو بۆ ئوسترالیاو کوللەی دار لەئەفریقاو دەریای ناوەڕاست بەرەو خۆرهەڵات، دەبینرێت کە کوللەی (بیابان) (شستوسیرکا جریجاریا لەهەموو ئەو جۆرانە ترسناکترە لەبەر ئەوەی توانای هەیە کە کۆچ بکات بۆ ماوەی زۆر دوورو بەرفراوان و ژمارەیان بەخێرای زۆر بێت.

کوللە لەکۆچکردندا یەکەمجار لەخولگەیەکی بازنەییدا دەفڕێت و وردە وردە فراوان دەبێت لەگەڵ بەرزبوونەوەیدا هەتا دەبێتە ڕاستەهێڵێك. کوللەی بیابان لە(3–5) مانگ دەژی، ئەم ماوەیە دەگۆڕێت بەشێوەیەکی بەرچاو بەجیاوازی

باروودۆخی کەش و ژینگەو شوینەوار. سووری ژیانی ئەم کوللەیە سێ قۆناغ دەگریتەوە: هێلکەو پیکورەو میرووی هەراش، زۆر جار هێلکە لەماوەی 2هەفتەدا دەتروکیت، پیکورەکان بەدامالین پەرەدەسێنن لە5-6 قۆناغ لەماوەی یەك مانگ بۆ دوو مانگ دواتر دەبیتە میرووی هەراش لەهەمان ماوەدا..

مییە هێلکەکانی دەخاتە چەند چالیکەوە لەناو خۆلیکی لماویدا بەقوڵی (10-15سم) بەشیوەی تۆپەڵ و بەماددەیەکی ملی نیسفەنجی دایەپۆشیت کە دواتر وشك دەبیتەوەو قەپاغیك یان دەمەوانەیەك پێك دینیت بۆ ئەوەی شیداری هێلکەکە بپاریزیت و بەرگری لێبکات دژی سەرماو نەخۆشی و لەناوبردن لەلایەن دوژمنە سروشتیەکانییەوە وەك (قالۆنچە)و جالجالۆکەو مشك و مارو باڵندەکان و هەندیك لەو میروورانەی کە دەفڕن و هێلکەکانیان لەتەنیش هێلکەی کوللەکان دادەنین بۆ ئەوەی ببیتە خۆراکی بیچووەکانیان. تۆپەڵی هێلکەکە جاری وا هەیە دەگاتە 150 هێلکەو مییە بەلایەنی کەمەوە (3) جار بەدریژایی ژیانی هێلکە دەکات و ژمارەی تۆپەڵە هێلکەکان لە هەر (1م^2)دا دەگاتە 1000 تۆپەڵ. باران زۆر پیویستە بۆ بەرهەمهێنانی سەوزاییەك بۆ خۆراکی پیکورەکان و میرووە هەراشەکان و پەرەسەندنی هێلکەکەو زۆر جار هێلکە دادەنریت دوای کۆچکردن یان دوای دابارین.

توانای بایۆلۆژی گەورە

کوللەی بیابان لەگەڵ هەوادا بەخیرایی نزیکەی (61-

91کم) دەفڕیت لەکاژیریکدا بەپیی دەتوانی ماوەی (130کم) پتر ببڕیت لەیەك رۆژدا.. هەروەها دەتوانیت بەفڕیوی بمینیتەوە بۆ ماوەی دوور کەوا پانتایی دەریای سوور ببڕی (300کم) کوللەی بیابان لەساڵی 1954دا لەباکووری خۆرئاوای ئەفریقاوە بەرەو دوورگەکانی بەریتانیا کۆچی کردووە لەساڵی 1988دا لەخۆرئاوای ئەفریقاوە بۆ دوورگەکانی کاریبی (نزیکەی 5000کم) لەماوەی 10رۆژدا کۆچی کرد قەبارەی کۆمەڵەکە (سریەکە) دەگۆڕیت لەنیوان کەمتر لە(1کم^2) بۆ سەدان کم^2. لەوانەیە لەیەك کم^2 یەك کۆمەڵدا یان زیاتر ژمارەی میرووەکان بگاتە 40ملیۆن و جاریش هەیە 80ملیۆن. گەورەترین کۆمەڵ لەسەدەی رابردوودا پێك هاتبوو لە40بلیۆن میروو.. کەوا رووبەریکی داپۆشی نزیکەی 1000کم^2 بوو، کوللە خاوەن ددانی تیژەو تەنها میروویەك دەتوانیت خۆراکیك بقۆزیتەوە کە قەبارەی نزیك (2کم) بیت هەموو رۆژیك. پارویەکی زۆر بچوك کە (1 تەن مەتری) بیت لەکۆمەڵیکی قەبارە مام ناوەندا دەتوانیت هیندەی 10فیل بخوات یا 25 ووشتر یان 2500مرۆڤ لەرۆژیکدا. زۆربەی کوللە هەموو ئەوەی دیتە پیشی دەیخوات و دەتوانیت بەرووبوومی تەواوی لۆکەو گەنمو جۆو برنج و گەرمەشامی و دارەکانی مۆزو..هتد تەواو بکات لەمیرشە دەرداوییە سامناکەکانیدا و هەموو بەشەکانی رووەك بخوات لەبەرو قەدو گەڵاو. ئەو بەرووبوومانە راهاتن گونجاندنی هەیە لەگەڵ شوینەوارە جیاوازەکاندا، ئەو دەتوانیت لەهەموو شوینیکدا بژی لەسەر وشکانی و تەنها جەمسەریك لیی رزگاری نەبووە.

کوللەی بیابان لەماوەی (مت بووندا) تەنها لەناوە بیابانە وشکەکاندا لەئەفریقاو خۆرهەلاتی خواروو خۆی حەشار دەدات، کە ئەم شوینانە بەوە ناسراوە کە ساڵانە کەمتر لە200ملمتر بارانی لێدەباریت و ئەم رووبەرەش نزیکەی (16ملیۆن کم^2)یەو پێکدیت لە 30 دەوڵەت و باشترین ناوچەکانی ئەمانەن مۆریتانیا و مەغریب و سودان و نیمچە دوورگەی عەرەبی و تا دەگاتە خۆرئاوای هندو سنووری پاکستان بەلام لەماوە دەرداوییەکاندا یان ماوەی تووشبوندا بلاودەبیتەوە بۆ رووبەری زۆر فراوان کە دەگاتە (30 ملیۆن کم^2)و دەگاتە زیاتر لە(60)دەوڵەت لەئەفریقاو دوورگەی عەرەبی و باشووری خۆرئاوای ئاسیا، ئەم رووبەرەش زیاتر لە20٪ی رووبەری زەوییە.

کوللە لەم ماوانەدا توانای ئەوەی هەیە کە ئازوقەو خۆراکی (0.1)ی دانیشتوانی جیهان لەناوبەریت، لەبەر ئەمە کۆنگرەی (القمە)ی لوتکەی جیهانی بۆ خۆراك لەساڵی 1996دا دانی بەوەدا نا کە (لەناویشیانا کوللەی بیابان)و

ڕووەکییەکان بەو نەخۆشییانەی کە دەردە ئاژەڵییەکان دەبەزێنن هەڕەشەیەکی گەورەن بۆ ئاسایشی خۆراک و کشتوکاڵ و بازرگانی.

*ڕووبەڕووبوونەوەو کۆنترۆڵ کردن:

کۆنترۆڵکردنی کوللەی بیابان ڕووبەڕووی چەند گرفتێک دەبێتەوە:

1.ڕووبەرە فراوانەکانی کە تیایدا دەبینرێت (16-30 ملیۆن $کم^2$).

2.دووری نەگەیشتن بەزۆربەی ئەو ناوچانە.

3.نەبوونی ئاسایش لەهەندێک ناوچە وەک (کانەکان).

4.سنووردارێتی سەرچاوەی داهات بۆ گەمارۆدان و لەناوبردن لەهەندێک دەوڵەتی تووش بوو.

5.دواکەوتنی ژێرخانی بنچینەیی وەک (ڕێگاوبان و پەیوەندییەکان و ئاو) لەزۆربەی دەوڵەتەکاندا.

6.پارێزگارینەکردن لەژمارەی تەواوی تاکەکانی تیپە ڕاهێنراوەکان لەو ماوە دوورودرێژەی مەت بوونی کوللە.

7.پەیوەندییە ڕامیارییەکانی نێوان دەوڵەتە تووش بووەکان.

8.گرفتی ڕێکخستن و جێبەجێکردنی کردارەکانی لەناوبردنی کیمیاری لەکاتی هێرشەکان بەهۆی ناڕێکی ئەو کاتانەو دڵنیانەبوون لەباروەزعی کەش لەناوچەکانی کوللەدا.

*(3)ڕێگە هەیە بۆ چارەسەرکردنی تووش بوونە دەردارییەکانی کولە:

1.ڕێگە کیمیاییەکان:

ئەمانەش لەڕێی ڕشتن و پرژاندنی لەناوبەرە پەتاییەکانەوە دەبێت بەهۆی فرۆکەکان و گالیسکەکانی پرژاندنەوە.

2.ڕێگە میکانیکییەکان:

ئەمەش بەدواکەوتن و ڕاونانی پێکوڕە تازە ترۆکاوەکانەوە دەبێت بەسووتاندنیان لەناو چاڵی تایبەت بەم مەبەستە. ڕێکخراوی فاو بەهاوکاری لەگەڵ جوتیارە ئەفغانەکاندا ئەم دوو ڕێگایەیان گرتەبەر بۆ دەست بەسەراگرتن و کۆنترۆڵکردنی ئەم دەردەو لەساڵی 2002 دا 21000هێکتاری چارەسەرکرد بەڕێگە کیمیاییەکان و 81000هێکتار بەڕێگە میکانیکییەکان.

3.ڕێگەی زیندەیی (بایۆلۆژی) تازەترین ئارامترین ڕێگەیە کە لەئەفریقا لەساڵی 1997دا تاقی کرایەوە کە ڕووی (میتاریزیۆم)ی تێدا بەکارهێنرا بەشێوەی چەوری و بەهۆی فرۆکەوە دەپرژێنرا.. وە لەجیاکەرەوەکانی ئەم کەڕووە ئەوەیە کە بەخێرایی لەمێروویەکەوە بۆ یەکێکی دی دەگوێزرێتەوەو زیان ناگەیێنێت بەڕووەک و ئاژەڵ و مێرووەکانی دیکە وەک لەناوبەرە کیمیاییەکان.

سەرەڕای هەوڵدانی ڕێکخراوەکە بۆ بەدەستهێنانی بوژاندنەوەیەک لەڕێگەکانی لەناوبردنی کوللە بەبەکارهێنانی لەناوبەرە زیندەییەکان بەشێوەیەکی لەڕادەبەدەر بۆ پاراستنی ژینگەو تەندروستی گشتی بەڵام بەکارهێنانی لەناوبەرە ئاساییەکان پێویستە لەکاتی هەڕەشەی ڕاستەوخۆدا لەبەر درەنگ دەرکەوتنی کارلێکی لەناوبەر زیندەییەکان تا یۆلیۆی 2004 ئەو پارچە زەوییانەی کە لەناوبردنی کوللەی بیابانیان تێدا ئەنجام درا زیادی کردو گەورەترین ئەم ڕووبەرانە لەمانگی یۆنیۆ بوو لەمەغریب (نزیکەی 825000هێکتار)و دوای ئەو جەزائیر (نزیکەی 735000هێکتار).

ئێستا لەناوبەرە فسفۆرییە ئەندامییەکان بەکاردەهێنرێت لەگەڵ لەناوبەرە کیمیاییەکاندا بۆ لەناوبردنی کوللەی بیابان ئەمەش بەمامەڵەکردن لەگەڵ چەند بڕێکی (کەم لە (ULV) بەدەزگای هەڵگیراو لەسەر گالیسکە یان بەڕێگەی پرژەی ئاسمانی و بەڕادەیەکی سنووردار بەپرژێنەری سەرپشت یان ئەوەی هەڵدەگیرێت بەدەست.

لایەنە پەیوەندیدارەکان کاردەکات بۆ کردارەکانی گەمارۆدان و لەناوبردن وەک وەزارەتەکانی کشتوکاڵ لەو وڵاتە تووشبووانەو لەکاتی تووشبووندا پێویستیان بەیارمەتی دەرەکی دەبێت لەدەزگا دەوڵەتییەکانەوەو لەسەرووی هەموویانەوە (فاو FAO).

ئێستا خوێندنەوەی چڕ دەربارەی ڕێگەکانی لەناوبردنی زیندەیی هەیە ڕێگەکانی دیش جگە لەکیمیاییەکان لەو توێژینەوانەیە کە زۆربەیان تیشک دەخەنە سەر هۆی نەخۆشییەکانی کوللەو ڕێکخەرەکانی گەشەی سەرەڕای

پێشنیارکردنی تۆڕی هەرە زل و تێکرتنی بڵێسەو لیزەر بەڵام ئەم رێگانە تائێستا بەکارنەهاتوون بەشێوەیەکی کرداری و رێگەی خواردنی کوللە لەلایەن مرۆڤ و باڵندەوە رێگەیەکی کاریگەر نییە بۆ لەناوبردن لەبەرئەوەی وا ئاکات ژمارە زۆر زۆرەکەی کوللە کەم کاتەوە بەشێوەیەکی بەرچاو لەرووبەرە فراوانەکاندا.

کوللەو تەندروستی:

لەزۆر دەوڵەتدا مرۆڤ کوللە دەخوات، دوای ئەوەی کۆنەکرێتەوە بەتۆڕی گەورە یان بەرێگەی دی، زۆر جار سووردەکرێتەوە یان دەکوڵێنرێت و دەخورێت بەتەڕی یان وشلە دەکرێتەوە بۆ ئەوەی دواتر بەکاربهێنرێت. کوللە لەخۆراکە پەسەندکراوەکانە لەناو زۆربەی گەلانی ئاسیاداو لەهەندێک دەوڵەتی عەرەبیدا. لەو ساڵانەی کە کوللە هێرشی کردە سەر ئەفغانستان خۆراکێکی بەرچاویان ڵەدەسکەوت ئەم مێرووە دەوڵەمەندە بەپرۆتین کە 62٪ی لەشی پێك دێنێت. جگە لە17٪ی چەوری‌یەو هەروەها توخمە ئاندامییەکانیشی ماوەکەی تر وەك مەگنسیۆم، کالسیۆم، پۆتاسیۆم، مەنگەنیز، سۆدیۆم، ئاسن و فسفۆر. لەو ماوەیەی کە چالاکی کوللە زۆر دەبێت لەوڵاتە تووشبووەکاندا کۆمەڵێکی زۆر لەکوللە لەبازاڕەکاندا بۆ فرۆشتن دەبینرێت.

کوللە هێرش ناکاتە سەر مرۆڤ و ئاژەڵ وە هیچ بەڵگەیەك نییە کە ئەوە دووپات بکاتەوە کوللە هەڵگری نەخۆشی ترسناك بێت بەڵام وەك بازبەرەکان سرکەکان بە سەرچاوەی هەستیاری دادەنرێت لەمرۆڤدا. ئەو هۆرمۆنانەی کە لەئەنجامی تووشبوندا دروست دەبن و ئەو پولەکانەی کە لەباڵ و پێستەکەیەوە بڵاودەبێتەوە جگە لەبڕی ئەو خۆڵەی کە لەهەوادا هەیەو هەندێك مادەی کیمیایی دی وەك فینۆلەکان کە لەئەنجامی تێکشکاندنی سەوزایی دەردەپەڕێت ئەمانە هەموویان کاردەکەن وەك هۆکارێك بۆ هەستیاری بەتایبەتی ئەوانەی کە هەستیاری رەبویان هەیە (ئەکزیمای سی).

سەرەڕای سوودی بەکارهێنانی لەناوبەرە ئاساییەکان بۆ لەناوبردنی کوللە هەندێك ئامار هەیە لەهەندێك دەوڵەتدا دەڵێت دەبێتە هۆی ژەهراوی بوون بەو مادە کیمیاییانەو زیان دەگەیەنێت بەتەندروستی مرۆڤ بەتایبەتی بۆ ئەوانەی دەیگرن و دەیخۆن. مانگە دەستکردەکان سەرەڕای ئەوەی کە ناتوانن بەتێڕوانینی ئاسمان هێرشەکانی کوللە دەستنیشان بکەن، بەڵام هەندێك لەم مانگانە زۆر پێشکەوتوون و دەتوانن پێشبینی بکەن.

و بەڕاستی هەندێك مانگ هەیە دەتوانێت یارمەتی دەربارەی هەڵسەنگاندنی باران و جوڵەی کوللە لەئاسماندا پێشکەش بکات و ئەم مانگانە توانای گەورەیان هەیە لەتایبەتمەندی هەستکردن بەکات و شوێن و کە بتوانێت ئەو کارە ئەنجام بدات

ئێستا زۆربەی لێکۆڵینەوە لەسەر بەکارهێنانی هەندێك مانگی دەستکردە بۆ هەڵسەنگاندنی باری سەوزایی وەك پلەی سەوزبوون و رێژەی سەدی بۆ بەرگی سەوزایی و رێژەی شێ بۆ بەشداریکردن لەبەدواداچوونی هێرش و هەڵمەتەکانی کوللە.

زۆر بەرنامەی پێشکەوتوو دامێنراوە بۆ بەکارهێنانی کۆمپیوتەری دەستی گرنگترینیان بەرنامەی (ئیلوکست elocust) کە بێ بەرامبەر دابەش دەکرێت بۆ ئیدخالکردنی پێشنیارەکانی ژینگەو هۆکارەکانی کەش و لەناوبردن و گۆڕینیان بۆ نەخشە. ئەم بەرنامانە تیپەکان بەکاری دەهێنن کە ئەرکیان گەمارۆدان و لەناوبردنە لەوڵاتەکانیاندا وە زۆر لەکردارە هاوبەشەکانی گەمارۆدان ئەنجام درا لەنێوان وڵاتە عەرەبییەکاندا.

بەرنامەیەکی تایبەت:

سیستمێکی ئامەوار دامێنرا بۆ بەرگریکردن دژی نەخۆشییەکان و لەناوبەری ئاژەڵ و رووەك کە سنوور دەبڕن (امبریس دل EMPRES / DL) بەتایبەتی بۆ کوللەی بیابان وەك بەرنامەیەکی دووروودرێژ لەنێوان وڵاتاندا کە تووشی هەڵمەت و هێرشی کوللە دەبن و ئەم بەرنامەیە پشت بەتوانای سروشتیەکان دەبەستێت بۆ جێبەجێکردنی کردارەکانی لەناوبردن لەڕێگەی ئاگادارکردنەوەو کارکردنی خێرار لێکۆڵینەوە.

ئەم بەرنامەیە تیشك دەخاتە سەر (3) ناوچە:

1. ناوچەی خۆرئاوا (خۆرئاوای ئەفریقاو باکوری خۆرئاوای ئەفریقا.
2. ناوچەی ناوەڕاست (ناوچەی دەریای سوور).
3. ناوچەی خۆرهەڵات (باشووری خۆرئاوای ئاسیا).

ئەم بەرنامەیە هەوڵی ئەوە دەدات کە بتوانرێت (لەناوبردنی خۆپارێزەر) جێبەجێ کرێت:

بەهاوکاری (9) وڵات ناوچەی ناوەڕاست بەهەموو وزەیەکییەوە کاردەکات لەساڵی 1997ەوە وە پشتگیری (6) وڵاتی بەخشەرەوە وە ئێستا گەیشتۆتە قۆناغی دووەمی. بەڵام لەناوچەی خۆرئاوادا چەند ساڵێکە کاری چاك دەکرێت لەچالاکی و لێکۆڵینەوەدا. وە لەناوچەی خۆرهەڵاتدا تواناکان بەڕاستی گەیشتنە ئاستێکی بەرز بەڵام پشتگیری پێویستە لەلایەن وڵاتە بەخشەرەکانەوە بۆ یارمەتیدان بۆ تازەکردنەوەی پرۆگرام بۆ ئەوەی زیاتر بێتە زمان راستی ژینگە

بەساڵاچون

نوسینی: دکتۆر عەدنان عەبدوڵڵا کاکی

لەگەڵ بەساڵداچون و تێروانینی چی دەکەین؟ لە ئاوێنەدا تەماشایەکی خۆت بکە دەبینین موەکانت سپی تێکەوتوەو پێستت چرچ بوە. ئەمانە هەندێکن لەو گۆڕانکاریانەی لەگەڵ بەساڵاچوندا بەسەرت دێن، بەڵام جەستە لە ناوەوە گۆڕانکاری زۆری بەسەردا دێت ڕۆژ لە دوای ڕۆژ لەگەڵ ژیانی ڕۆژانەدا کە هەر کەسە تایبەتمەندی خۆی هەیە لەو گۆڕانکاریانەی بەسەر ئەندام و سستەمەکانی لەشەیدا دێت کە بەم شێوانەن:

سستمی دڵ و سوڕی خوێن:

لەگەڵ تێپەڕبونی تەمەن ماسولکەکانی دڵ هێزی پاڵنانی خوێنیان کەم دەبێتەوە چونکە بە درێژی ژیان دڵ دەبێت گرانتر کار بکات بۆ ئەوەی هەمان قەبارەی خوێن بنێرێت بۆ جەستە، هەروەها توانای کشاندنی لولەکانی خوێن کەم دەبێتەوە. لەگەڵ بەساڵاچون دا نیشتنی چەوری لە خوێن بەرەکان دەست پێ دەکات (Atherosclerosis) کە دەبنە هۆی تەسك بونەوەی بۆشایی ئەم لولانە، ئەمانی توانای کشاندن و نیشتنی چەوری لەم بۆریە خوێن بەرانەدا ئەنجامەکەی ڕەق بونی ئەم لولانەیە و دڵ ناچار دەبێت فرەتر کاربکات بۆ پاڵ نانی خوێن تیایاندا کە یەکێك لە ئەنجامەکانی بەرز بونەوەی پەستانی خوێنە.

ئێسك و ماسولکە و جومگەکان:

ئێسکەکانی مرۆڤ هەتا نێوان تەمەنی 25-35 ساڵ لە ئەستوریدایە، بەڵام لەگەڵ بەساڵدا چوندا قەبارەو چڕی ئەم ئێسکانە لە کەمبونەوەدایە هەر بۆیە باڵا دەست بەکەمی دەکات و ئێسکەکان بێ هێز دەبن و ئەگەری شکاندنیان فرەتر دەبێت. هەروەها ماسولکەکان و ژێکان و جومگەکان بێ هێزدەبن و کشاندنیان لەگەڵ پیریدا کەم دەبێتەوە.

سستمی هەرس:

لەگەڵ دەست پێکردنی تەمەنی پیریدا خێرایی خۆراك قوتدان و سك دەرچون کەم دەبێتەوە، لە ڕیخۆڵەکاندا ڕوبەری خۆراك هەڵمژین کەم دەکات، ڕژێنەکانی گەدەو جگەر و پەنکریاس و ڕیخۆڵە باریکە ڕەنگە کەم بکەن، بە گشتی ئەم گۆڕانکاریانە هەرسکردنی خۆراك ناشێوێنێت هەر بۆیە

ڕەنگە هەستی پێ نەکەیت بەڵام ڕەنگە هەست بە فرەبوونی گرفتی بکەیت.

گورچیلە و میزڵدان و میزەڕۆ:

لەگەڵ پیربووندا گورچیلەکان توانایان لە پاك کردنەوەی خوێن لە تەنە ژەهراوییەکان کەم دەبێتەوە. بارە نەخۆشییەکانی وەك شەکرەو بەرزە پەستانی خوێن لەگەڵ هەندێك لە دەرمانە بەکارهاتووەکان لە ژیاندا دەبنە هۆی فرەتر وێرانکردنی گورچیلەکان. 30٪ ئەو کەسانەی تەمەنیان گەیشتۆتە 65 ساڵ و بەرەو ژوور توشی کەم کۆنترۆڵی میزڵدان (میز ڕانەگرتن) دەبن، ڕانەگرتنی میز بەهۆی چەند کێشەیەکی تەندروستییەوە سەرهەڵدەدات وەك قەڵەوی، گرفتی، کۆکەی درێژ خایان.

ڕانەگرتنی میز فرەتر لە ژناندا ڕوو دەدات وەك لە پیاوان، ئەو ژنانەی لەگەنە تەمەنی نائومێدی ڕەنگە توشی میزڕانەگرتن بێن کاتی پەستان چونکە ئەو ماسولکانەی کونی میزڵدان کۆنترۆڵ دەکەن بێ هێز دەبن و کار دانەوەکانی میزڵدان دەگۆڕێن.

بەگەیشتن بە تەمەنی نائومێدی لە ژناندا ئاستی هۆرمۆنی (ئیسترۆجین Estrogen) کەم دەکات و شانەکانی ڕووپۆشی ناوەوەی بۆری میزەڕۆ تەنکتر دەبێت، ماسولکەکانی حەوز بێهێز دەبن و میزڵدان پشت گیری کەم دەبێتەوە.

لە پیاوی بە تەمەندا ڕانەگرتنی میز هەندێك جار بە هۆی گەورەبوونی ڕژێنی پرۆستاتەوەیە کە میزەڕۆ دەگرێت و ئەنجامەکەی گران بە تاڵ کردنەوەی میزڵدانە لە میزەوە دەرچوونی میز لە میزڵدان بەشێوەی دڵۆپ دڵۆپ.

مێشك و سستمی دەمارەکان:

ژمارەی خانەکانی مێشك لە کەمبووندا دەبێت لەگەڵ چوون بە تەمەندا لەگەڵ بێهێزی بیردا (یاد) هەرچەندە لە هەندێك شوێنی مێشکدا ژمارەی پەیوەندی لە نێوان خانەکانی دا لە فرەبووندا دەبێت بۆ یارمەتیدانی کاری مێشك پاش تێك چوونی ژمارەی خانەکانی. کاردانەوەکانی دەماری هێواش تر دەبێت و بێهێزی لە هاوسەنگیدا سەرهەڵدەدات.

-چاوەکان:

لەگەڵ پیربووندا توانای چاوەکان بۆ فرمێسك دروست کردن کەم دەکات، دیواری تۆپی چاو تەنك تر دەبێت، ڕەنگ هاوێنەی چاو زەرد هەڵدەگەڕێت و ڕوونی کەم دەکات. بە گەیشتنی تەمەنی 40 ساڵی ڕەنگە وردبینی تەنی نزیك تێك چێت، پاشان کاردانەوەی بیل بیلەی چاو بۆ ڕووناکی کەم دەکات کە ئەنجامەکەی گرانی گونجاندنە بۆ ئاستە جیاوازەکانی ڕووناکی.

گۆڕانکاری دی لە هاوێنەکانی چاوەکان وات لێ دەکات هەستیار بیت بۆ تیشکی ڕووناکی کە دەبێتە کێشەیەك لە کاتی شەودا بۆلێ خوڕینی ئۆتۆمبێل. کە وابوو ئاوی سپی و ڕەشی چاو لەگەڵ بەرزە پەستانی ئاوی چاو تێك چوونەکانی ئاوەوەی چاو کێشە باوەکانی بەرزی تەمەنە لە چاوەکاندا

گوێچکەکان:

باوترین بار کەسەرهەڵدەدا لەگەڵ پیریدا قورس بوونی بیستنە، هەریەك لە سیان تەمەنی گەیشتبێتە 60 ساڵ گوێ قورسی دەبێت لەگەڵ نیوەی ئەوانەی تەمەنیان 85 ساڵ بێت. دەنگ و قیڕە قیڕ لەگەڵ ساڵانی تەمەندا خانەکانی بیستنی گوێی ناوەوە تێك دەشکێنێت.

گۆڕانکاری ناوگوێ لەگەڵ پیریدا تەنك بوونی دیوارەکانی کەناڵەکانی بیستنە لەگەڵ ئەستووربوونی پەردەی گوێ. ڕەنگە قورسی بیستن دەست پێ بکات بۆ ئەو دەنگانەی بەرزمیان بەرزە

هەندێك باش نابیستن لە ژوورێك دەنگە دەنگی تیادا بێت. گۆڕانکاری لە گوێی ناوەوە یان لە دەمارەکانی کە پێوەی بەستراوە لەگەڵ کۆبوونەوەی چەوری و چەندەها نەخۆشی گشت گوێ قورسی دەکەن.

پوك و ددانەکان:

گۆڕانکاری لە پوك و ددانەکان لەگەڵ تەمەندا پەیوەستە بە ئاستی پاك و خاوێنی ناودەمی کەسەکە لەوەپێش،

هەرچەندە لەگەڵ پەیڕەوی ئەم پاک و خاوێنییە ڕەنگە هەر ناودەم وشکی دەست پێ بکات لەگەڵ بە ساڵاچون و هەروەها پوکانەوەی پوکەکان و ڕەنگەڕەش داگیرسانی ددانەکان و نەرم بونیان و بە ئاسان شکاندنیان ڕوبدات.

لەگەڵ تەمەندا کاتێك لیك کەم دەکات و دەبێتە هۆی کەم شۆردنی دانەکان لە بەکتریا ئەوا ددان پوك فرەتر توشی سۆو خوراندن دەبن لەگەڵ گرانی ئاخاوتن، خۆراك قوت دان و تام کردنیان، شێرپەنجەکانی ناودەم زۆر باوترە لە بەتەمەنەکاندا، هەربۆیە پزیشکی ددان دەگەڕێت بە دوای ئەم شێرپەنجانەدا کاتێك خوێ پاراستنی دەم ددان دەکات بە سوری ڕۆتینی پاك کردنەوەی ددانەکان و پشکنینیان.

پێست و موەکان و نینۆکەکان:

لەگەڵ پیریدا پێست تەنك دەبێت و کشاندنی کەم دەکات و فرەتر زامدار دەبێت یان بە ئاسانی شین دەبێتەوە. کەم بونەوەی چەوریەکەی وەها دەکات پێست فرەتر وشك بێت و چرچی تێکەوێت.

هەروەها خاڵی زۆر دەردەکەوێت لەگەڵ هاوشێوەی باڵۆکە.

خێرایی دروست بونی نینۆك دەبێت بەنیوە، قژ و موەکان سپی هەڵدەگەڕێن و باریك دەبن، هەروەها ئارەق کردنەوە کەم دەکات کە دەبێتە هۆی کەم ساردبونەوەی جەستە لەکەش و هەوای گەرمدا کە ئەنجامەکەی گەرما بردنی ئەو پیرەیە.

ئەو گۆڕانکاریانەی بەسەر پێستدا دێت لەگەڵ تەمەندا پەیوەستە بەچەند بارێکەوە کە گرنگترینیان تیشکی خۆرە ساڵ لە دوای ساڵ کە چەند خۆر دابێتی لە پێست فرەتر تێك دەچێت، هەروەها جگەرە خواردن تێکچونی پێست فرەتر دەکات کە یەکێکیان چرچ بونیەتی.

سەرهەڵدانی شێرپەنجەکانی پێست زۆر پەیوەستە بە پیرییەوە لەگەڵ تەمەنی 65 ساڵیدا ئەگەری دروست بونی جۆرێکی شێرپەنجەی پێست 40-50٪.

کێشەی جەستە:

هاوسەنگی لە مانەوەی کێشێکی جەستەی تەندروست کارێکی گرانە لەگەڵ تێپەڕبونی تەمەن. لەگەڵ تەمەندا زیندەچالاکی جەستە کەم دەبێتەوە، بە واتایەکی دیکە لەش کەمتر کالۆری دەسوتێنێت و ئەو وزەیەی پێشتر بە چالاکی ڕۆژانە پێویستی بو بەشێوەی چەوری جەستە ئەی نیشێنێت هەر بۆیە لەگەڵ کەمی چالاکی کێشی لەشی ئەوسترا و لە فرەبوندا دەبێت.

نوستن:

لە تەمەنی گەنجیدا پێویستی بە نوستن هەندێك کەم دەکات، ئەگەر پێویستی مێشك و جەستەت بۆ نوستن 6 کاتژمێر بۆشەوانە ئەوا 30 خولەك فرەتر یان کەمتر پێویست دەکات بۆت، بەڵام لەگەڵ تەمەندا خەوتنت سوك دەبێت و فرەتر کاتت دەوێت بۆ هەمان نوستنی پێویست. کاتێ تەمەن دەگاتە 75 ساڵ هەندێك کەسان چەند جارێك شەو بە ئاگادێن لە خەو.

چالاکی سێکسی:

بەپێی تەمەن پێویستی سێکسی و شێوەکانی و ئەنجام دانی دەگۆڕێت، زێی ژنان هەڵدەقرچێت و تەسك دەبێتەوە، دیوارەکانی کشاندنیان کەم دەبێتەوە، وشکی زێ دەبێت بە کێشەیەك، ئەم گۆڕانکاریانە دەبێتە هۆی ئەوەی جوت بون بە ئازار بێت.

بێ هێزی هۆیەکی زۆر باوە لە پیاوانی بە تەمەندا، لە تەمەنی 65 ساڵیدا 25٪ی پیاوان گرانیان دەبێت لە ڕەپبونی چوك یان مانەوەی ڕەپبونی هەر لەیەك جار لە چوار جار بیانەوێ جوت بون ئەنجام بدەن، لە کەسانی دیکەدا ڕەنگە فرەتر کاتیان بوێت بۆ ڕەپ بونی چوك و ڕەق بونی ڕەنگی وەك جاران نەبێت.

ئایا چەند دەتوانیت بژیت؟

درێژترین تەمەنی مرۆڤ کە تۆمار کرابێت 122 ساڵە، بەڵام بە گشتی تەمەنی مرۆڤ ناگاتە ئەم ئاستە هەرچەندە لە

سەدەی رابوردووەوە بەهۆی پێشکەوتن و باش بونی دەرمان و زانست و تەکنەلۆژیا تەمەنی تەندروستی مرۆڤ درێژبوە.

چۆن پیر نابین:

هەر لە زۆر کۆنەوە مرۆڤ هەوڵی داوە نهێنی پیری بدۆزێتەوە لە پێناو دەست نیشانکردنی هۆکانی بۆ ئەوەی زو پیر نەبێت لە ژیانیداو توشی ئەم ماکانە نەبێت:

1-بێ هیوایی لە ژیاندا.

2-بێ هێزی گشتی (دەرون و جەستە).

3-بێ هێزی هۆکنی (سێکسی).

4-گۆشەگیری لە ژیاندا.

5-بون بە کەسێکی بێ بەرهەم.

6-سەرهەڵدانی نەخۆشی خەمۆکی.

7-توش بون بە نەخۆشیە درێژخایەنەکان.

ئەوەی گرنگە لێرەدا ئاماژەی پێ بکەین کە مەبەست لە پیربون پیربونی مێشك و دەرونە (دڵ) نەك سەر و سیما، چونکە مرۆڤ کە بەدڵ پیر بو ئیتر بەرگری کەم دەبێتەوە بەرامبەر بە کێشەکانی ژیان و خێرایی ئاسایی پیربوونی ئەو زۆر زۆر فرە دەبێت و خۆی بۆ ناگیرێتەوە.

هۆکارەکانی زو پیربوون:

1-زۆر خواردنی خۆراك.

2-فرە چالاکی هۆکنی (سێکسی)

3-فرە چالاکی دەرونی (رادەی ماندوێتی)

4-فرە چالاکی جەستەیی (ئاستی ماندوێتی).

5-چۆنیەتی بیرکردنەوەی شێواو (نەرێیی).

6-خوی خەم خواردن لە ژیاندا (دڵە راوکێ).

7-نەخۆشیە دەماری و دەرونیەکان.

8-بێ چالاکی هۆکنی (سێکسی).

9-توش بون بە نەخۆشیە درێژخایەنەکان.

10-بێ باوەڕی بە بونی پەروەردگار.

هەوڵدان بۆ درەنگ پیربوون:

-کەم خواردن و زۆر خواردنی میوە (ڤیتامینەکان).

-رۆیشتن بە پێ رۆژانە.

-بونی چالاکی هۆکنی (سێکسی).

-بونی چالاکی کارکردن بۆ ژیان و وەرگرتنی خۆشی لێی.

-وازهێنان لە دڵەڕاوکێ لە ژیاندا.

-رۆشنبیرکردنی خۆ بەزانستی دەرونی.

-پشوی کورت و درێژخایان و سەیران و گەڕان لەگەڵ دەستەبەرکردنی حەزەکانت لە ژیاندا.

-چارەسەرکردنی نەخۆشیە دەماری و دەرونیەکان لەکاتی سەرهەڵدانیاندا.

-چارەسەرکردنی نەخۆشیە درێژخایەنەکان لەکاتی بونیاندا.

-هەرگیز نەرێی لە چۆنیەتی بیکردنەوەدا.

-هەرگیز هیوایی لە ژیاندا و عەوداڵی بۆ ئامانجێ.

-دورکەوتنەوە لە خۆپەرستی، قین و کینە، چکۆسی (حەسودی).

-بونی هەستی خۆشەویستی بۆ خودی خۆ و چوار دەور.

-خودا پەرستی.

قەبارەی منداڵی لە دایك بوو، تەندروستی داهاتووی دیاری ناکات

لە لێکۆڵینەوەیەکی زانستی هاوبەش و هاوکات لە هەردوو زانکۆی ئۆکسفۆردی بەریتانی و سدنی ئوسترال بەرێوەچوو، دەرکەوت کە گەورەیی یان بچوکی قەبارەی منداڵ لە کاتی لە دایك بوون هیچ کارناکاتە سەر تەندروستی منداڵەکە لە ساڵانی داهاتووی ژیانیدا، لێکۆڵینەوەکە لەسەر ٥٠ هەزار مرۆڤی ئاسایی کرابوو لەسەر تاپای جیهان دا، ئەویش بەمەبەستی گەیشتن بە ئەنجامێکی پوخت

وێڕای ئەوەی کە لە زۆر کلتور و هەندێك سەنتەری زانستیدا، بڕوا وایە گەورەیی قەبارەی‌منداڵ لە کاتی لە دایك بوونی دا تەندروستی داهاتووی زامن دەکات!

بەڵام ئەم نوێترین زانیاریانە بەڵگەی تازەتر دەخەنە بەرچاو کە قەبارەی منداڵ لە کاتی لە دایك بوونی دا کارێکی ئەوتۆ ناکاتە سەر تەندروستی منداڵەکە لە داهاتوودا

و لە هەموو حاڵەتەکاندا هەمیشە زانایان ئەوە دووپات دەکەنەوە کە کلیلەی تەندروست- باشی هەموو مرۆڤێك لە خواردنی خۆراکی بەسود و ئەنجامدانی وەرزش و جگەرەنەکێشاندایە.

محەمەد ڕەئوف محەمەد

پاڤلۆڤ

بەشی دووەم

نوسینی: ڕۆشنا ئەحمەد

پرەنسیپە گشتی و بنەڕەتیەکانی پاڤلۆڤ ..

یەکـەم.. ڕێکخسـتنی ڕەفتـار و هەڵسـوکەوت لەلایـەن کۆئەندامی دەمارەوە، ئەمیش بەو پێیەی مێشك ئەو هێزەیە کە ژینگەی ناوەوە ڕێکدەخات و پارێزگـاری لـە هاوسـەنگی دینامییـان لـە نـاوەوەی لەشـدا دەکـات، واتـە مێشـك سەرپەرشـتی ڕێکخسـتنی چـالاکی ئەندامـەکانی لـەش و هاریکاریکردنیـان پێکـەوە دەکـات، لـە ڕێگـەی سسـتمەکانی کۆئەندامی دەمارەوە. لەم بارەیەوە پاڤلۆڤ میتۆدی ئەزمونی درێژخایـەنی داهێنـا، لـە ڕێگـەی تۆژینـەوە ئـەزموونی و تاقیگەییەکانیەوە لەسەر ئاژەڵ (بەزیندوویی).

دووەم.. مێشـك پـەیوەندی نێـوان جەسـتەی بوونـەوەر و ژنگەی دەرەکی ڕێکدەخات و پێکەوەیان دەگونجێنێت. لێرەدا دوو میکـانیزمی دەمـاریی هـەن کـە ئەرکـەکانیان بریتیـە لـە هێنانەدی ئەم ڕێکخستن و گونجاندنـە، یەکـەمیان بـەندە بـە جۆرێـك لـە پەرچـەکردارە تایبەتەکانـەوە بـۆ هـەڵکردن و گونجاندن، لە ڕووی کـردە بـۆ ماوەییەکانیـەوە و بـەدرێژایی پەرەسەندنی هەریەکێك لەم دووانە، کە ئەوانیش میکانیزمی پەرچـەکرداری مـەرجدار و نامـەرجدارن، پەرچـەکردارە نامەرجدارەکان ئاژەڵی باڵا یان مرۆڤ والێدەکات هەر لە کاتی دروست بوون ولە دایك بوونیەوە ئەو ڕەفتارانە بنوێنێت کە بە هۆیەوە لەگەڵ باروودۆخی جێگیری ژیاندا دەگونجێت، بنکەی پەرچـەکرداری نامـەرجدار ئـەو جێگەیەیـە کـە کەوتۆتـە ژێـر توێکڵی مێشکەوە، هەرچی میکانیزمی دووەمیانە، ئەوەیە کە کاری گونجاندنی ڕەفتار لەگەڵ ژینگەدا دێنێتە دی، ئەمیان پەرچـەکرداری مـەرجدارە، کـە کـارێکی گـەورەی پاڤلۆڤـە، تایبەتە بە (فێربوون)ەوە لە ڕێگەی ئەزموونی دووبارە بۆوەوە ر لەڕێی ئاگادارکەرەوە ووریاکەرەوە هەستیەکانەوە و لە ڕێی پەیوەندییەکاتییەکانەوە کاریگەرییان هەیـە وەك بابەتـەکانی جیهانی دەرەکی هەستپێکراو.

جێی ئاماژە پێکردنە کەلای هەمووان پاڤلۆڤ لە ڕێگەی ئاوزەدەکەیـەوە (پـاڤلۆڤ و سـەگەکەی) ناسـراوە، ئەمـە بـۆ تاقیکردنـەوە بەردەوامـەکانی دەگەڕێتەوە لەسـەر سـەگ بـە (زیندوویی) دەربارەی ڕژاندنی لیکی سەگەکە بە بینین یان بۆنکردنـی گۆشـت و خواردنەکـەی، چ بـە بینینـی ڕاستەوخۆیەوە، یان لە ڕێگـەی ئامرازە ووریاکەرەوەکانـەوە (زەنـگ، داگیرسانی گڵۆپێك...تاد) و لەلایەك بۆ کاریگەرییـە کاتی و هەمیشەییەکان و لەلایەکی دیکەشەوە بۆ فێرکردن و ڕاهێنـانی سسـتمە ئاماژەییـەکانی مێشـکی سـەگەکە لەسـەر

ئامرازو رێگە جیاوازەکانی کاریگەری و کاری دەرەوە (ژینگە) بەرامبەری و لەسەری. گومان لەوەشدا نییە کە بۆ رووودانی رژانی لیکەکەی یان وەڵامدانەوەی پەرچە خۆراکی نامەرجدار لای سەگە برسییەکە (یاخود لای مرۆڤ) پێویستی بە هەبوونی ئەم چاوگانە هەیە:

1-بوونی ورریاکەرەوەی نامەرجدار، یاخود خۆراك کاتێك دەچێتە ناودەمەوەو بەر گۆیەکانی زمان یان دەمارە هەستییەکانی چێژ- lingual papillae دەکەوێت و بەکردەی خەسڵەتە فیزیایی و کیمیاییەکان دەیوروژێنێت، واتە پێویستە وروژێنەرێك یان وورریاکەرەوەیەکی ژینگەیی هەبێت کە لە دەرەوەی جەستەوە دێت

2-دەمارە چێژییەکان لە زماندا، کە ئەمە سەرەتای لایەنی فسیۆلۆژییە لە پەرچە خۆراکی نامەرجدار دا، ئەم دەمارانە نامەچێژییەکانی خواردن و وەردەگرن، پاش ئەوەی دەچنە دەمەوە.

3-ریشاڵە دەمارییە چێژییەکانی زمان gustotary، یان رێڕەوی وروژاندنی چێژی کە بەرەو بنکەکەی centripetal دەروات واتە بەرەو مێشکۆڵە کە بنکەی دەماریی چێژی تێدایە.

4-بنکەی دەماریی چێژ کە لە مێشکۆڵەدایە هەستی خۆراکی و چێژەکە پێکەوە دەبەستێت یان شیدەکاتەوە و دەبێتە هۆی دروست بوونی وەڵامدانەوەیەکی گونجاو یاخود رێگە بۆ تەواوکردنی کاری نامە دەمارییە هەستییەکە خۆشدەکات و دەیگۆرێت بۆ نامەیەکی دەماریی دنیامی نوێ و بەنێو دەمارە چالاکەکاندا دینامیەکاندا دەروات.

5-رێڕەوی دەماریی چالاك کە رووەو بنکەکەیە Centrifugal، واتە لە مێشکۆڵەوە بۆ ئەندامیجێبەجێ کار (ماسولکە یان رژێنەکان)، کە لەم حاڵەتەدا رژێنەکانی لیکە (هەر شەشیان، دووانیان لە ژێر چەناگەن، دووانیان لە ژێر زماندان، دووانەکەی دیکەش کەوتوونەتە ژێر گوێیەکانەوە) و لیك لە وەڵامدانەوەیدا دەرژێت.

ئاژەڵ لە رێگەی ئەم سستمە ئاماژەییە هەستییەوە دەتوانێت بە باشترین شێوە لەگەڵ وورردەکارییەکانی جیهانی دەوروبەر و دەرەکیدا بگونجێت، ئەم رەفتارەی ئاژەڵ ئیدی هەر چەندێك ئاڵۆزبێت، ئەوا دەتوانین بە ئاشکرایی لەبەر تیشکی ئاماژە هەستییەکانەوە لێکی بدەینەوە، بەبێ ئەوەی سیفەتی مرۆیی بەسەردا بسەپێنین، وەك بیرکردنەوە یان دەلالەتکردن، هەستکردن یان چالاکییەکی مەبەستدار، لەبەر ئەوەی هەردوو پرۆسەی (وروژاندن و چەپاندن (راگرتن یان وەستان) Inhibition and Exitation لە رووی کاریگەرییانەوە دژە بەیەکترن و دەکرێت لە رێگەی درێژەی وورریاکەرەوە هەستییەکانەوە بە ووردی کاریگەرییە دەرەکییەکان شیبکرێنەوەو پاشان دوبارە پێکەوەیان بگونجێنێت لە شێوەی پەرچەکرداری مەرجداری نوێوە کە دەبێتە هۆی گونجاندنێکی نوێ لەگەڵ ژینگەدا. بنکەی هەموو ئەم چالاکی پەرچە کرداری مەرجدارەش بریتیە لە توێکڵی مێشك.

سێیەم.. پاڤلۆڤ لەرێی پرەنسیپی یەکەم و دووەمەوە، پێکهاتەی پرەنسیپی سێیەمی بە شێوەیەکی گشتیگیرتر دانا، لەوەدا کە دەڵێت: ئەرکی کۆئەندامی دەمار، مێشك بەگشتی و توێکڵی مێشك بە تایبەتی بریتیە لە جەختکردنەوە و چەسپاندنی حاڵەتێك لە هاوسەنگی دینامی[1] نێوان هەردوو ژینگەی دەرەکی و ناوەوە، مێشك لەلایەکەوە رێڕەوی چالاکییەکانی وەك خواردن و خۆپاراستن و منداڵبوون رێکدەخات، لەلایەکی دیکەوە هاریکاریکردنی یەکتری نێوان چالاکییەکانی دەرەوەو حاڵەتەکانی جەستە دەمێنێتەدی و لە هەمان کاتیشدا ئەرکی راپەراندنی ئەندامەکانی ناوەوەی

لەش ڕێکدەخات، بەمجۆرە کۆئەندامی دەمار، مێشک و توێکڵی مێشک، سەرەڕای میکانیزمەکانی پەرچەکردارە مەرجدار و نامەرجدارەکان، هاریکاری کردنی نێوان هەموو پرۆسە زیندەییەکانی ناوەوەو دەرەوەی بوونەوەر ڕێکدەخات و ئاڕاستەیان دەکات.

چوارەم.. پاڤلۆڤ لە ڕێگەی توێژینەوەکانی لەسەر نەخۆشیە دەمارییەکان.. کلینیکەکانی لە چەند ساڵی دوایی تەمەنیدا، ئەم پرەنسیپەی داڕشت: مرۆڤ بێجگە لەو سستمی ئامارژەیی هەستییە کە وەک ئاژەڵی باڵا هەیەتی، هەروەها سستمێکی ئامارژەیی دیکەی هەیە، کە تیایدا ئامارژە لە ڕێگەی گفتوگۆکردنەوە (قسەکردنەوە) دەبێت، چونکە وشە ڕستە (ئاخاوتن) وورریاکەرەوەی مەرجدارن و لەبری ئامارژە هەستییەکانە، لەبەرئەوە سستمی گفتوگۆکردن پشت بە سستمی هەستی دەبەستێت و بەبێ ئەو ناکرێت دروست بێت، لەگەڵ ئەوەی هاوپەیوەندییەکی گونجاوی باڵاتر لە نێوان بوونەوەری زیندوو ژینگەکەیدا دروست دەکات. ئەوکاتەی ئاژەڵان دەتوانن لە ئەزموونی تایبەتی خۆیان و لە ڕێگەی سستمی ئامارژەیی هەستییەوە (فێربن) ئەوا مرۆڤ تەنها لەم ڕێگەیەوە (فێرنابیت)، بەڵکو هەروەها لە ئەزموونی گشتی مرۆڤایەتییەوە، لە ڕێگەی وشە کۆکراوەکانەوە یان وشە نووسراوەکانیشەوە فێردەبن، کە وەک ئامارژەی گفتوگۆیی کاردەکات و لە نەوەیەکەوە بۆ نەوەیەکی دیکە دەگوازرێتەوە. بەو پێیەش کە گفتوگۆکردن وورریاکەرەوەی مەرجدارە، داماڵین و گشتگیرکردن لەسەر بنەڕەتی ئامارژە هەستیەکان ئاسان دەکات، و لە ڕێگەی پێکەوە گونجاندنی وشەکان لە ڕستەکاندا و هەروەها گونجاندنی ڕستەکان لە مەسەلەو باسەکان و بەڵگە لۆژیکییەکاندا، دەبینین سستمی ئامارژەیی گفتوگۆکردن پرۆسەی پەرچەکرداری- بەرپەرچدانەوەی واقیعی دەرەکی لە مێشکی مرۆڤدا ئاسان دەکات و دواتر گونجاندنی یان نەگونجاندنی (بە بەراوردکردن) لەگەڵ واقیدا دەردەخات.

سستمی گۆکردن لە پەیوەندی بەهێزیدا بەسستمی هەستییەوە، میکانیزمێکی دەماریی پێکدەهێنن کە لە بیرکردنەوەو دەلالەت پێدانی ئەقڵی و چالاکی ئامانجدار و هەموو ڕێنەکانی هۆشیاری کۆمەڵایەتی لە سەر دەوەستێت، لەوانەش هونەر و زانستەکان و تەکنەلۆژیا، توێکڵی مێشکی مرۆڤ بریتیە لە بنکەی هەریەک لە سستمی ئامارژەیی هەستی و سستمی ئامارژەیی گۆکردن، کە هەردوویان ئامارژە بە واقیع دەدەن.

پێنجەم.. هەر چوار پرەنسیپە گشتییەکەی پێشوو بەندن بە ئەرکەکانی ڕێکخستن و پێکەوە گونجان لەلایەن کۆئەندامی دەمارەوە، واتە مێشک بە گشتی و توێکڵی مێشک بە تایبەتی، بەڵام پرەنسیپی پێنجەم تایبەتە بە پاراستنی کۆئەندامی دەمارەوە، چونکە خانەکانی مێشک، بەتایبەتیش خانەکانی توێکڵی مێشک بەوە جیادەکرێتەوە کە لە هەموو خانەکانی دیکەی لەش هەستیارترە، لەبەرئەوە ناوبەناو دوچاری حاڵەتێك لە ماندوو بوون دەبێتەوە و هەروەها دوچاری هیلاکی و پووکانەوەی ئەندامی دەبێت، لەبەرئەوە پێویست بووە ئەم کۆئەندامە خاوەنی میکانیزمێکی دەماریی بێت، یان میکانیزمێکی دەماریی هەبێت کە ئەم خانانە لە ماندوو بوون بپارێزێت کە گرنگییەکی زیندەییان هەیە. پاڤلۆڤ بەم میکانیزمە دەڵێت:

چەپاندن (ڕاگرتن-وەستان) Inhibition خەوتن لە هەموو شێوەکانی چەسپاندن بەربڵاوترە، چونکە لە حاڵەتی نووستندا چەپاندن بە خێراییەکی جیاواز بە توێکڵی مێشکدا بڵاودەبێتەوە و بەرەو خوارووی خۆیەوە و تەنانەت ڕووەو مێشکی ناوەڕاستیش بە پلەی جیاواز درێژ دەبێتەوە، ئەرکەکەشی ئەوەیە چالاکی ژ ووزە بۆ خانەکانی کۆئەندامی دەمار، بە تایبەتیش مێشک و توێکڵی مێشک بگەڕێنێتەوە، پاش ماندووبوونی بەردەوامی لە ماوەی کاتژمێرەکانی ڕۆژێکی دوور و درێژدا، جەستەی مرۆڤ لە هەموو بیست و چوار کاتژمێرێکدا پێویستی بە بڕێکی پێویستی چەپاندن ڕاگرتن هەیە بۆ پاراستنی، ئەویش لە شێوەی خەوتندا

ڕێنەیەکی دیکەی چەپاندن[2]- ڕاگرتنمان هەیە کە لەچاو خەوتندا کەمتر بەربڵاوە و لە ئەنجامی زیدەڕۆیی لە ماندووبووندا یان شۆکێکی هەڵچوونی بەهێز یان کێشمەکێشێکی ئەقڵی ڕوو دەدات، مەبەست لە چەپاندنی- ڕاگرتنی ئەو خانانەیە کە زیاد لە پێویست ماندوو بوون، ئەم چەپاندنەیان تاڕادەیەک جێگەییە و ئەرکەکەی بریتییە لە پاراستنی خانە زۆر ماندووبووەکان، ئەمجۆرەی چەپاندن یەکێکە لەو میکانیزمە دەمارییانەی (بالآیانەی) کە دەکەوێتە پشت نەخۆشی وەزیفی خانەکانی مێشک یان نەخۆشی

رەزیفــی ئەقڵــەوە، ئــەمجۆرە نەخۆشــییانە حاڵەتــەکانی پوکانەوەی ئەندامیی خانەکانی توێکڵــی مێشــک ناگرێتــەوە، ئەگەرچی ئەو میکانیزمەی کە ڕێگە لەم پوکانەوەیە دەگرێت، بۆ خۆی لە زۆربەی حاڵەتە نەخۆشییەکاندا حاڵەتی نەخۆشی دیکە دروست دەکات.

شەشــەم.. ئــەم پرەنســیپە بــەندە بــە نەخۆشــییە ئەقڵییــە وەزیفییەکانەوە، بە جیاوازی وێنەکانیەوە، پاڤلۆڤ لە ئەزمون و توێژینەوەکانیەوە گەیشتە ئەوەی کە: کۆمەڵە نیشــانەکانی نەخۆشییە ئەقڵییەکان بریتین لە دیاردە- شێوەکانی جــۆرە ناتەواوییــەك کە دوچاری چالاکی دەماریی باڵا دەبێت، ئــەم ناتەواوییەش لــە ڕووی پلــەی قوڵییــەوە جیــاوازە. نەخۆشــی دەماریی بــەوە ناســراوە کــە کەموکوڕییــەکی درێژخایەنــەو دووچاری پرۆسە دەمارییەکان دەبێت لە جێگــەکانی توێکڵی مێشك و ژێر توێکڵی مێشــك، کە مــاوەی چەندین هەفتە یان مانگ یان چەندین ساڵ دەخایەنێت، هەربۆیە دەبینین زۆربەی پسپۆڕان لە نۆژداری دەماریدا و ئەوانەی میتۆدی پاڤلۆڤ و تیۆرییەکەی بەکاردەهێنن، سەرنج دەخەنە سەر نیشــانەکانی نەخۆشییەکە، واتە سەرنج دەخەنە سەر ڕەفتارەکانی کەسی دوچار بوو، لە قسەکردن و هەڵسوکەوت و و بیرکردنەوەیدا، پــاڤلۆڤ سەرنج لــەو تێکچونــە دەمارییــە دەدات کــە کەوتۆتــە پشــتەوەی نیشــانەکانی نەخۆشــییەوە، کــە ڕەنگــە خۆیــان هۆکارەکــان بــن، دەتوانــین بڵێــین دۆزینــەوەی هــەندێك لــەو میکانیزمە دەمارییە باڵایانە کە هۆکاری کۆمەڵێك نیشــانەی وەزیفی نەخۆشی ئــەقڵی وەزیفین لەلایەن پاڤلۆڤــەوە بوونــە بەردی بناغەی نۆژداری ئەقڵی یان بنــەڕەتی گۆڕانی نوێژداری

ئــەقڵی لــە قۆناغی پۆلێن کــردن و بوونیادنانی ڕێبازییەوە بۆ قۆناغی زانستیکی تەواو پێکدەهێنێت.

هەوتەم .. تێکەڵ بوونی هەست و سۆزی گەرمی پــاڤلۆڤ بــەکاری توێژینــەوە و چارەســەرکردنی نەخۆشــیەکان، دوا پرەنســیپی گشــتییان لای پــاڤلۆڤ بەرهەمــهێنا، لــە پــاش ژیانێکی زانستی دوورودرێژ. پاڤلۆڤ لە ڕێی توێژینەوەکانی دەربارەی دەماریی ئەزموونییەوە لە تاقیگەداو توێژینەوەکانی لەسەر نەخۆشەکانی (نەخۆشی دەماریی) لــە کلینیکەکــەیدا گەیشــتە ئــەوەی کــە: هــەندێك لــەم نەخۆشــییە دەمارییــە وەزیفییانــە یــان لــە نەخۆشــییەکانی وەزیفــەی دەمــاریی کــە تیایدا چەپاندنی خۆپارێزی[3] جێگەیی (شوێنێك) یان گشتی ڕۆڵێکی بنەڕەتی دەگێڕن، دەکرێت لــە ڕێگــەی بــەهێزکردنی چــەپاندنی خۆپارێزییــەوە چارەســەر بکرێت یــان حاڵەتەکــە باشتر بکرێت، لە ڕێی دەرمانە جیاوازەکانەوە بە بڕی گونجاو کە کەسی نەخۆش بەکاری دەهێنێت. واتە دەکرێت بە چارەی گونجاو چــەپاندنی خۆپــارێزیی بــەهێزبکرێت و نیشــانەکانی نەخۆشــییەکە کــەم و بنــەبڕ بکرێــت، چونکــە بەشــێوەیەکی تایبەتی پاڤلۆڤ تێبینی کرد: ئەو چەپاندنە خۆپارێزییەی کە لــە خــەوێکی قــووڵ و درێــژدا ڕوو دەدات، بەڕادەیــەکی زۆر کاریگەرییــەکی بــەهێزی هەیە بۆ چەندین حاڵــەتی نەخۆشــی دەمــاریی، بــەمجۆرە چارەســەرکردنەشــی ووت: چارەســەر لــە ڕێگەی نووستنەوە.

شایانی ئاماژە پێدانە کە گواستنەوە لە وروژاندنەوە بۆ چەپاندن لــە ڕێگــەی ئــەو حاڵەتە نێوەندانە یان ئــەو قۆنــاغی گواســتنەوانەدا ڕوودەدات کــە خانــە دەمارییــەکان پیــایدا تێدەپەڕن، پاڤلۆڤ بەم حاڵەتانە دەڵێت: حاڵەتە سڕکردنەکان یان قۆناغییەکان. وەك تێبینــی کرد، سروشتی پەرچــەکردار یان وەڵامدانەوەی خانە دەمارییەکان بۆ ئەو وورپاکەرەوانە، لــە حاڵەتــە نێوەندەکــاندا جیــاوازە وەك ئــەوەی لــە حاڵەتــە ئاسایی و سروشتییەکاندا هەیە، ئەمەش مانای ئەوەیە خانە دەمارییەکان لــە حاڵەتــە نێوەندەکــاندا وەڵامــی وورپاکــەرەوە بەهێزەکان ناداتــەوە، بــەهێزێکی گــەورەتر لــەو وەڵامــەی کــە بەرامبــەر وورپاکــەرەوە لاوازەکــان دەیداتــەوە لــە حاڵەتــە سروشــتییەکاندا، کورتــەی ڕوونکردنــەوەی ئــەم تێبینییــە ئەوەیە.

1-لە حاڵەتی یەکسانیدا وەڵامدانەوەی وورياكەرەوە بە هێز و لاوازەکان بەهێزێکی یەکسانە بەهێزی وورياكەرەوەکە.

2-لە حاڵەتی تێپەڕاندندا، وەڵامدانەوە بەهێزە بەرامبەر وورياكەرەوە لاوازەکان و هەروەها وەڵامدانەوە لاوازە بەرامبەر وورياكەرەوە بەهێزەکان.

3-لە حاڵەتی پاش تێپەڕاندن، ئەو حاڵەتەیە کە وەڵامدانەوە بە تەواوی بزر دەبێت بەرامبەر هەموو وورياكەرەوەیەکی لاواز یان بەهێز.

بەم پێیە دەتوانین بڵێیت: پەیوەندی نێوان هەردوو پرۆسەی وروژاندن و چەپاندن لای مرۆڤی ئاسایی و لەبارودۆخی ئاساییدا سروشتییە و پێکەوە هاریکاری یەکتر دەکەن و بەگوێرەی بارودۆخی ژیان جێگەکانیان ئاڵوگۆڕ دەکەن، بەڵام تێکچوونە دەمارییەکان کە دوچاری یەکێك لەم دوو پرۆسەیە دەبێت، لە کاتی ماندووبوون و ماندووکردنی دەماریی (واتە لە حاڵەتی هەبوونی ئەو وورياكەرەوانەی کە هێزەکەیان لە توانای کۆئەندامی ناوەندە دەمار -فسیۆلۆژی- زیاترە و لە هەردوو حاڵەتی وروژاندن و چەپاندندا بەرگەی ناگرێت)، تێکچوونە دەمارییەکان لە ئەنجامی پێکدادانی نێوانیان روو دەدات بە جۆرێك پرۆسەی جێگە ئاڵوگۆڕکردنیان دەشێوێت، ئەو پێکدادانە تاوێك دەبێتە هۆی زاڵبوونی وروژاندن و تێکچوونی چەپاندن، تاوێکی دیکەش بە پێچەوانەوە. وەك سەلمێنراوە خانەی دەماریی سنوورێکی فسیۆلۆژی هەیە و تێیناپەڕێنێت، ئەگەرچی ئەو سنوورانە بە جیاوازی شێوەکانی کۆئەندامی ناوەندە دەمارەوە جیاوازبێت. واتە ماندووبوونی خانەی دەماریی مانای تێپەڕاندنی سنوورە فسیۆلۆژییەکەی دەگەیەنێت، بەگوێرەی چەندێتی ئەو تێپەڕاندنەش، ئەو کەسە دوچاری تێکچوونە دەمارییەکان دەبێت، واتە ئاستی تێکچوونەکە بە پێی ئاستی تێپەڕاندنی سنوورەکەیەتی.

ئەمانە پرەنسیپە گشتییەکانی پاڤلۆڤە کە بوونە چاوگەیەکی گرنگ و بەهێز بۆ زانستەکانی فسیۆلۆژیا و نوژداری و دەروونزانی و نوژداری ئەقڵی، سەرەڕای ئەو سوودانەی لە خۆی دەگرێت بۆ هەریەك لە بوارەکانی پەروەردە و فەلسەفە و چەندین بواری مەعریفی مرۆیی دیکە

بنەرەتەکان

پاڤلۆڤ بەدرێژایی ژیانی بە میتۆدە زانستییەکەیەوە پابەند بوو و هەردەم هەوڵی دەدات بەشێوەیەکی راست و بەرجەستەکراو لێکدانەوەیەکی زانستی بۆ رەفتار و هەڵسوکەوتەکان پێشکەش بکات، لەبەرئەوە میتۆدەکەی لە بواری چالاکی دەماریی باڵادا (دەماغ) لەسەر چەندین بنەڕەت قووڵ دەبێوە، کە لە مانەدا خۆی دەنوێنێت:

1-بنەڕەتی هەربوونایەتی determinism، بریتییە لە جێبەجێکردنی پرەنسیپی هۆکارێتی مادیی لە

سەر هەموو دیاردەکان بەبێ جیاوازی، چونکە هەموو دیاردەیەکی سروشتی هەر لە سادەترینیانەوە تاوەکو ئاڵۆزترینیان، لەوانەش دیاردەی زیندەیی و دەروونییەکان، ملکەچی پرەنسیپی (هۆ و ئاکام)ن، یاخود پەیوەستی هۆکار دەبن و دەرەنجامی مادیین. ئەم بنەڕەتە شیکردنەوەی لە خۆوە هەڕەمەکی ڕەتدەکاتەوە، یان ئەو گووتەیە ڕەتدەکاتەوە کە دەڵێت: ڕووداوەکان هیچ هۆیەکی دەرەوەی خۆیان نییە. بێگومان ئەم بنەڕەتە، بنەماو چاوگەیەکی زانستی سروشتی بۆ دەروونزانی ماتریالیزم دابین دەکات.

2-شیکردنەوە و پێکهێنان: واتە شیکردنەوەی دیاردە بۆ یەکەمین ڕەگەزەکانی و دەرککردنی بنەماکەی وەك (گشت- هەمەك) یان لە دۆزینەوەی وەزیفە و بوونیادی مادەی زیندوو یان دیاردە، و تێگەیشتن لە پەیوەندی ئاڵوگۆڕی نێوان (بەشەکان-ئەندەکەکان)ی بەبڕوای پاڤلۆڤ کۆئەندامی دەماری باڵا لە ڕێگەی میکانیزمەکانی وەرگرتنەوە دەست دەکات بە شیکردنەوەی و وورياكەرەوە هاتووەکان، لە هەمان کاتیشدا دەست دەکات بە پێکهێنانی چالاکی یاخود کاریگەری وورياكەرەوەکان لە کاتی پرۆسەی شیکردنەوەدا

3-بوونیە-یان پێکهاتەی سروشتی: بەو مانایەی هەریەك لە پرۆسەی دەماریی لە بوونیەیەکدا دروست دەبێت و پەیدا دەبێت کە پێکهاتەیەکی مۆرفۆلۆژی (سروشت و شێوازەکانی) دیاریکراوی هەیە و دەتوانێت کاریکاتە سەر بەشەکانی جۆرێکی تایبەت لە پرۆسە دەمارییەکان، چونکە وەزیفە و بوونیەی هەردووکیان یەکتری دیاریدەکەن.

4/کاملیی- تەواوبوون: بوونەوەری زیندوو یەکەیەکی تەواو بووەو لەچەند بەشێك پێکدێت، بەڵام مانای بەسەریەکدا کەوتنی ژمارەیی ئەم بەشانە ناگەیەنێت، ئەو لەتەواو بونیدا(کامڵ بونیدا)شتێکی چۆنیەتی تایبەتە، بەمەش پاڤلوڤ میتۆدی میکانیکی ڕەتکردەوە کەوادەبینێت:

ئەندامەکانی لەش بەشەکانی ئامێرێکی سادەن و پاشان پەیوەندی نێوان بەشەکان و گشت(ئەندەك و هەمەك)لەبیردەکات. هەروەها شیکردنەوەی میتۆدی میکانیکی بۆ چالاکی دەماری بالا-ی ڕەتکردنەوە بەپێچەوانەی هەندێك لەوانەی دەڵێن: ئەو بەدیدێکی میکانیکی دەڕوانێتە چالاکی دەماریی بالا، لەجیاکردنەوە چۆنیەتییەکەی لەنێوان مرۆڤ و ئاژەل. قوتابخانەکەی پاڤلۆڤ ئەم تێگەیشتنەوەی قوڵتر کردەوە.

5/دیدی پێکهاتەیی: بەو مانایەی کەدیاردەی مێژووی تواناو بواری پەرەسەندنی هەیە، دەتوانین بەوەش بڵێین دووری- ڕەهەندی- کاتیی یان زەمەنی دیاردە، کەناکرێت لەتوێژینەوەو شیکردنەوەیدا لێی جیابینەوە، پاشان پێویستە لەچۆنیەتی دروست بوونی دیاردەو ڕێچکەو ڕێڕەوی پەرەسەندنەکەی و هەروەها لەمیکانیزمی ئەم پەرەسەندنەش شارەزا بین.

6/یەکێتی ئەندامیی بوونەوەری زیندوو وژینگەکەی: یەکێتیەکی دیالێکتیکییە وەمانای کاریگەری ئاڵوگۆڕ لەنێوان ژینگەو بونەوەری ئەندامی زیندوو وەك گشتێکی پێکەوە بەستراو.

7/بابەتیی و دابەشکردنی یەکسان: دوورکەوتنەوە لەخود شیکردنەوەی ڕەفتاری ئاژەل و توێژینەوە لەدیاردە بەو پێیەی بوونێکی دەرەکی سەربەخۆ لەخودی ئێمەدا هەیەو یاسایەك هەیە کە بەڕێوەی دەبات، ئەم یاسایانەش ئەقڵ دروستی نەکردوون، واتە داڕێژراوێك نییە کە ئێمە لەسەری سەرنجە هەستییەکانمان ڕێکخەین، بەڵکو ئەو یاسایانەیە کەبوونی بابەتی خۆیان لەناخی دیاردەدا هەیە، ڕێڕەو وپەرەسەندن و ئەرکی ڕاپەڕاندنیان بەڕێوە دەبات، دەبێت ئەرکە کردەییەکانمان لەخودی سروشت خۆیەوە هەڵێنجین بەر لەهەرشتێکی دی، ئەمە وەکو پاڤلوڤ دیاری کردوە پێویستی بەپابەندبوون بەتێبینی و تاقیکردنەوەو توێژینەوەی ڕەتگەری و میتۆدگەرییانە هەیەو پێویستە لەسەر بنەمای واقیع بێت کەپاڤلوڤ هەردەم پێی دەڵێت((گەورەی واقیع یان واقیعی سەردار)) دەمنا بەبێ ئەمە، وەك پاڤلوڤ دەڵێت: ((تیۆرییەکانمان دەبنە هەوڵە بزربووەکان. کەڵەکەکردنی ڕاستیەکان بەبێ بیرۆکەیەکی گشتی و دیدێکی سەرتاپاگیری بێ نەخشەیەك، ئەو کارەیە کەسوودی نابێت، پێویستە تەنها لەسەر ڕووی ڕاستییەکان وڕووکەشەکەیاندا نەوەستین، دەنا تەنها دەبێتە لیستێك کەئەم ڕاستیانە لەخۆدەگرێت، باهەوڵدەین بەرەو نهێنی ئەم ڕاستیانە بچین و بێووچان لەیاساکانی بتۆژینەوە، چونکە دۆزینەوەی یاساکان بەڕاستی و بەووردی و دیاریکردن ئاکامی کۆتایی هەموو لێکۆڵینەوەیەکە و بەئاکام گەیشتنە، لەبەرئەوەی ڕاستییەکان لەخودی خۆیاندا ئامانج نین، بەڵکو تەنها ئامرازێکن کەدەسەلاتی زاڵ بوونمان بەسەر یاسا گشتییەکانی سروشتدا دەداتە دەست)).

بنەمای زانستەکان

پرەنسیبی بنەڕەتی میتۆدی پاڤلۆڤ لەفسیۆلۆژیاو دەروونزانیدا لەم ووتەیەدا کۆدەبێتەوە: یەکێتی و کامل بوونی(تەواوەتی) بوونەوەری ئەندامی زیندوو وەك گشتێك، بێجگەلە گونجانی ئاڵوگۆڕی نێوان بوونەوەری ئەندامی زیندوو لەگەل ژینگەکەی لەلایەکو گونجانی ژینگەو پێداویستییەکانی بوونەوەری ئەندامی زیندوو لەلایەکی دی. لەهەردوو حاڵەتەکەشدا: یەکێتی و گونجاندن، کۆئەندامی دەماریی لای ئاژەل ڕۆڵی سەرەکی دەگێڕێت، هەروەکو توکێلی مێشك لای ئاژەڵی بالا لەوانەش مرۆڤ ڕۆڵێکی یەکلاییکەرەوە دەگێڕێت، بەو پێیەی بنکەی پەرچەکردارە کاتییەکان یان مەرجدارەکانە، بەمجۆرە پەرچەکرداری مەرجدار بەچەمکێکی بنەڕەتی ا.پ. پاڤلوڤ دادەنرێت لەنێو زانیارییەکاندا، لەبەرئەوەی یەکەمین بەرپرسە لەڕێکخستنی یەکێتی بوونەوەری ئەندامی زیندوو وگونجاندنی لەگەل ژینگەکەیدا.

بێگومان لەکاتی شیکردنەوەو دیاریکردن و چارەسەرکردنی حاڵەتە نەخۆشییە دەمارییەکاندا، تۆژینەوەیەکی بەراوردکاری لەنێوان تیۆرییەکانی پاڤلۆڤ و تیۆرییەکانی فرۆید-دا بایەخێکی تایبەتی هەیە. بۆچوونێك هەیە کەدەڵێت زانیارییەکانی پاڤلۆڤ بەتەواویی نکۆڵی لەزانیارییەکانی فرۆید دەکات، بەلام بۆچوونێکی دی پێچەوانەی ئەم بڕوایەیە. ئێمە ناتوانین هەوڵە بەپێزەکانی فرۆید لەبواری چارەسەری دەروونیی و دیاریکردنی نەخۆشییە دەروونییەکاندا بخەینەلاوە. بەلام ئەگەر سەرنجێك بدەین، دەبینین: فرۆید زیاتر ڕووی لەوەسسپ کردن وەك لەوەی بەتیۆری مادی- بەرجەستە جەخت لەزانیارییەکانی بکات، فرۆید بۆ خۆیشی دركی بەلایەنە کەموکوڕەکانی نێو میتۆدەکەی دەکردو چەند جارێك ئاماژەی بۆکردوە، وەك خۆی دەڵێت: دەتوانین بڵێین نەخۆشی دەماریی بەهیچ شێوەیەك ڕوونادات، ئەگەر چەند هۆکارێکی پێکهاتەیی یان

سروشتی لەئەگەری ڕووداوەکەی زیاتر نەکەن . دیارە ئەوەی فرۆید پێویستی بوو، توێژینەوەیەکی ئەزموونیی بوو بەپێی میتۆدێکی زانستیی و تیۆرییەکی مادی- بەرجەستە، نەك بەتەنها گریمان و شیمانەیی، لەبەرئەمەشە کەتیۆرییەکەی لەوەسپ کردنێکی هێلکاری زیاتر تێپەڕناکات لەتیۆریی چالاکی دەروونیی نەخۆشەکان، کەخۆی لەڕێگەی گریمان و شیمانەیی خۆیەوە کاری پێدەکرد.

ئەگەر توێژینەوەکانی هەریەك لەپاڤلۆڤ و فرۆید بخوێنینەوە، دەبینین: پاڤلۆڤ لەچەندین دیاردەی ڕەفتارو هەڵسوکەوت توێژییەوە کەفرۆید-یش باسی لێوەکردوە، بێگومان هەریەکەیان بەگوێرەی میتۆدو تیۆری خۆی، ئەگەرچی وەك(دالیبیین)دەڵێت: ((مێتۆدی پاڤلۆڤ دەتوانێت گرفتی هۆکاری نەخۆشی دەماریی لەسەر زەمینەیەکی پتەوی توێژینەوەدا-دابنێت، چونکە ئەو پاساو بەڵگەیەکی سەلمێنراومان پێدەبەخشێت؛ لەوەی کەنەخۆشی دەروونیی بریتییە لەتێکچونی چالاکی دەماریی لەئەنجامی بەریەککەوتنی دوو هێزی دژ بەیەکتر کە(وروژاندن و چەپاندن- ڕاگرتن)»، یان شکست هێنانی خەفەکردنە بەزمانی فرۆید. ئەو حاڵەتە دەمارییە ئەزمونییانەی زانای فسیۆلۆژی پاڤلۆڤ بەئەنجامی گەیاند، بریتییە لە سەرلەنوێ بنیادنانەوە بەئامرازی پێکهاتەیی بۆ ئەو ئاکامانەی کە(فرۆید)بەئامرازی شیکاری پێی گەیشت، لەوەدا کەفرۆی دەڵێت: حاڵەتە دەمارییە دەروونییە ناتەواوەکان دەگەڕێتەوە بۆ کێشمەکێشی ئاسودەوە، چونکە ئارەزوویەکی ڕەمەکیی(غەریزی)بەمێژیاڵی پێوەنداوە ناچارانە بچێتە نائاگاییەوەو بۆ ماوەیەك(کورت یان درێژ)بەسەرکەوتوویی خەفەکراوە، پاشان هاوسەنگییەکەی تێکەچێت و ئەو شتە خەفەکراوە لەشێوەی نیشانە دەمارییەکان دەردەکەوێتەوە(سەرهەڵدەداتەوە).. ئەم وتەیەی فرۆید بۆ خۆی جەخت کردنەوەیە لەسەر ڕاستیی ئەزمونیی پاڤلۆڤ کە؛ لەڕێی چەپاندنی ڕاگرتنی ڕەمەکی- غەریزەی- بەرگرییەوەو بەگوێرەی میتۆدی پەرچەکرداری مەرجدار حاڵەتی دەماریی(سەگ)ی تاقیکردەوە بەچەند ئەزموونێك، کاتێك ڕەمەکی بەرگری بە ڕەمەکی خواردنەوە گرێدا.

زانای سروشتخواز

پاڤلۆڤ یەکەم زانای فسیۆلۆژییە کەهەردوو ڕێگەی پێکهێنان یان پێکهاتەیی لەگەڵ شیکردنەوەدا پێکەوە بەکاربهێنێت لەتوێژینەوەو لێکدانەوەی دیاردە بەپێی میتۆدێکی ڕێك، لەوەدا کەبەتاقیکردنەوەی درێژخایەن چارەسەری بۆ گرفتی پێکهێنان لە توێژینەوەی فسیۆلۆژیدا دۆزییەوە، پاشان بەڕێگەی شیکردنەوەو باسکردنی سروشتی(بونیە)ی جەستەو ئەرکەکانی بەڕێگەی پێکهاتەیی تەواوکرد. بەم شێوەیە پاڤلۆڤ میتۆدێکی دیالێکتیکی بۆ توێژینەوە داهێنا، واتە دوو میتۆدی دژ بەیەکی لەیەك میتۆد-دا کۆکردەوە بۆ چارەسەرکردنی دیاردە. بەمجۆرە توانی لەڕێی ئەم میتۆدە دیالێکتیکەیەوە لەجەستە بتۆژێتەوە، لەکامڵ بونیداو لەیەکگرتنیدا لەگەڵ ژینگەکەی.

پاڤلۆڤ زۆر بەتوندی لایەنگری زانستە سروشتییەکان بوو، ئەم هەڵبژاردنەشی دەگەڕێتەوە بۆ سەر ڕێگەی توێژینەوەی دیاردە دەروونییەکان کەپشت بەپرەنسیپی زانستی گشتی دەبەستێت، ئەو پرەنسیپەی کەگریمانکردنی هەرچارگەیەکی دی و دوورلە خودی سروشت ڕەتدەکاتەوە، پاڤلۆڤ دەڵێت: ((ئەمەیە زانستە سروشتییەکان و کاری مێشکی مرۆیی کە لەسەر سروشت جێ بەجێ بووەو توێژینەوەی سروشتی بەبێ ئەوەی هیچ جۆرێك لەگریمانەکان یان شیکردنەوە لەچاوگەیەکی دیکەی ناسروشتی وەردەگرێت. ئەگەر توێژەر ویستی باس لەجیهانی دەروونیی ئاژەڵە باڵاکان بکات، ئەوا بیرۆکەکانی جیهانی ناوەوەی خۆی بەسەر سروشتدا دەکەوێت و ئەوە دەڵێتەوە کەپێنشیدەکان لەکاتی تێبینیکردنی سروشتدا بیرۆکەو هەست و ئارەزووە خودییەکانی خۆیانیان لەسەر دیاردە ئازیندوەکانی سروشتدا جێ بەجێ کردوە، هەرچی زانای سروشتییە، پێویستە لەسەری تەنها یەك شت بخاتە بەرچاوی خۆی: پەیوەندی ئەم یان ئەو بەوەڵامدانەوە(پەرچەکردارە) دەرەکییەکانی ئاژەڵ بەدیاردەی جیهانی دەرەکییەوە چییە؟)).

ئەم هەڵویستەی پاڤلۆڤ مانایەکی فەلسەفی فراوان و مەترسیداری هەڵگرتووە، یەکەم مانای ئەوەیە: ڕەتکردنەوەی بۆ چوونی ئایدیالی سەبارەت بەدەروون و هەروەها پابەندبوونی تەوا بەو پرەنسیبە مادییەی(ماتریالەی)دەڵێت: دیاردە ئەقڵییەکان لەبنەڕەتدا لەپرۆسە مادییەکانەوە دروست(پەیدا) بوون و دواتر ملکەچی توێژینەوەی زانستی ئەزموونی دەبن. پاڤلۆف دەربارەی چەمکی(دەروون)ئەوە دەڵێت کە(لابلاس)لەوەڵامێکی ناپلیۆندا وتی. بەڵام پاڤلۆڤ وەك وەڵامێك بەئەندامانی ئاکادیمیای زانستی

لە(لەندەن)ووتی: زانای سروشتی بڕوای بەوە هەیە کەهەموو شتێك کەوتۆتە نێو میتۆدو ئەو ئامرازانەوە کەڕێگەی پێدەدات بگاتە ڕاستی جێگیرو چەسپاو، تەنها لەم دیدەشەوە(بۆ دیدی دیکەی زانای سروشتی)دەروون وەك پرەنسیپێکی سروشتی، شتێك نییە کەتەنها پێویست نەبێت، بەڵکو هەروەها زیان بە کارەکەشی دەگەیەنێت، ووزەی دەڕوخێنێت لەوەدا کە کەڵەو سوودی نییە، یان سنوورێك بۆ شیکردنەوەکەی دادەنێت لەوەدا کە بگاتە قووڵایی ئامانجەکەی.

پاڤلۆف لە(1936/2/27)دا کۆچی دوایی کردو ئەو هەواڵەش نێوەندە زانستییەکانی سەرتاپای جیهانی غەمبار و کش و مات کرد، زۆر لە زانا و کەسایەتییە بەناوبانگەکانی جیهان لەگەڵ مەکسیم گۆرگی‌و ه. ج. ویلزو والتەر. ب. کانون‌و هارڤی کشنج‌و ڕۆبەرت یرکس لەناشتنی تەرمی ئەم زانا بەناوبانگەدا بەشداریان کرد. پاش مردنی، یەکێتی سۆڤیەت بایەخێکی گەورەی بەکارە زانستییەکانی پاڤلۆف داواکاری بۆ پەرەپێدانی کرد، ئەکادیمیا زانستیەکان لەمۆسکۆدا ساڵی(1950) کۆنگرەیەکی جیهانیان بۆ توێژینەوە لەزانیارییەکانی بەست کەسەدان زانای فسیۆلۆژی‌و نۆژداری‌و دەروونزانی‌و نۆژداری عەقڵی ئامادەی بوون.

کۆنگرە لەبڕیارەکانیدا، ڕایگەیاند: ((کۆنگرە لەبارەڕێکی تەراوەوە تێبینی ئەوە دەکات کەبیرو بۆچوونەکانی پاڤلۆف سەرکەوتنێکی مەزن‌و تەواوی لە بوارەکانی زانستداو لە یەکێتی سۆڤیەتدا بەدەست هێنا، کارە زانستییە ئایابەکانی پاڤلۆف جەخت لەوە دەکەن کە هەموو شێوەکانی چالاکی زیندەیی بوونەوەری ئەندامی زیندووی ئاڵۆز لەوانەش چالاکی ماسوولکەیی بەپێی بارودۆخی بوونی بوونەوەرەکە دیاری دەکرێت، ئەم بیرو بۆچوونانەی پاڤلۆف زانستی فسیۆلۆژیای لە یەکێتی سۆڤیەتدا بۆ بەرزترین ئاستەکانی برد لەپشتێنەی جیهانداو ئاسۆیەکی بەرفراوانی لەبەردەم پێشکەوتنی زانستەکان لەئایندەدا کردەوە، کارەکانی ئەم زانایە بنەرەتێکی جێگیریان بۆ زانستە سروشتییەکان خولقاند بۆ سەرلەنوێ بنیادنانەوەی نۆژداری‌و دەروونزانی لەسەر میتۆدێکی زانستی، دۆزینەوەکانی پاڤلۆف لەبارەی چالاکی دەماریی باڵا گەورەترین کارێکە زانستی نوێ لەتوێژینەوەی مێشکدا بەدیهێناوەو بووە هۆی دروست بوونی بناغەیەکی پتەو بەهێزی زانستە سروشتییەکان کە پشت بەدیدی مادی- بەرجەستە دەبەستێت، وەك چەکێکی ترسناکیشە لەکێشەمە کێشە هزرییەکانماندا دژ بە ئایدیالیزم‌و نەزانین لەهەموو شێوەکانیاندا..)).

هەروەها ژمارەیەك لەزانایانی نێو کۆنگرەکە ووتیان: ((پرۆسەکانی دەماریی باڵا کە بنەرەتێك بۆ چەمکە سایکۆلۆژییەکان پێکدەهێنێت، ئەو پرۆسانەن کەتا ماوەیەك لەمەوبەریش توێژینەوە لێیان کارێکی سەتەم‌و چەقیو بوو، بەڵام ئێستا بووە بەمادەی توێژینەوەی بابەتی، کە زانستێکی نوێ تایبەتمەندییەتی، ئەویش ئەو زانستەیە کە(ا. م. سیخینۆف، بناغەکەی داڕشت‌و(ا. پ. پاڤلۆف)و قوتابخانەکەی بەرەو لوتکەیان برد)).

ئامۆژگارییە زانستییەکانی پاڤلۆڤ

1-پێویستە نەخشەیەکی زانستی ڕوون بۆ ئەو دیاردەیە دابنێیت کەلێی دەتوێژێتەوەو دەبێت جێبەجێ کردنیش هەنگاو بەهەنگاو بێت.

2-تێگەیشتنی تەواو لەدیاردەکەو هەنگاونانی لۆژیکیانە: فێری ئەلف‌و بێکانی زانست بە، بەرلەوەی بەرەو لوتکەکەی سەربکەوێت.

3-پشکنین‌و ووردبوونەوەی چڕو هۆشیارانە لە توێژینەوەدا.

4-پاش دۆزینەوەی ڕاستییەکان بچۆ نێو قولاییانەوەو تەندروستانە لەنێو خۆیاندا هاوسەنگیان بکە.

5-تێڕامانێکی قووڵ لەڕاستیە دۆزراوەکان‌و لەئاکامەکان.

6-خاکێتی‌و دوورکەوتنەوە لەبەرزە فڕی‌و لەخۆبایی بوون.

7-پابەند بوون بەشێوازی زانستی لەکاتی توێژینەوەدا .

8-پێویستە توێژینەوەی زانستی گشتگیرو تەواو بێت، واتە کەرت نەبێت.

9-هەموو ژیانت بۆ زانست تەرخان بکە، ئەوەندەش بەس نییە، ئەگەر دوو ژیانت هەبوو، هەردووکیان بۆ زانست تەرخان بکە.

پەراوێزەکان

1-ولیەم جیمس- James,William(1842-1910)، دەروونناس‌و فەیلەسوفی ئایدیالیزمی ئەمریکی‌و یەکێك لە پێشەنگەکانی پراگماتیزم، لە نێوان ساڵانی(1881-1907) لە(هارڤارد) مامۆستا بوو، ئەم زاناو فەیلەسوفە بەپێچەوانەی دیدی گشتی ماتریالەکانەوە کاری دەکرد، ئاگاداری خەوشەکانی بەرنامەی میتافیزیکی بوو و دیالیکتیکی

رەتكردەوەو ئائەقڵگەرایی پەسەند كرد لەشیكردنەوەی ئەقڵدا كەبە(شەپۆلی ئاگایی) ناو دەبرد، گرنگی توخمە وویستییەكان و هەڵچوونەكانی دووپات كردەوە. جیمس راستیی بنەمای(پرەنسیپی) سوودگەرایی پراگماتیزمی بەلاوە گونجاوتر بوو لەبری تێكەیشتنی بابەتی و بەرگری لەمافی باوەڕهێنان بەوەی كەچەسپاندنی لەتوانادا نییە یان ناكرێت بەڵگەی بۆ بهێنرێتەوە، دەكرد.(ئەزموونگەریی زێدەڕۆ) لای جیمس لەراستیدا وەڵامدانەوەیەكی خودی واقیعە بۆ(شارەزایی- ئەزموونی پوخت) بۆ ئاگایی، هەروەها(یەكایەتی بێلایەن) لای جیمس مادی و ڕۆحی وادەناسێنێت كە دوولای جیاوازی یەك(شارەزایی- ئەزموون)ن. جیمس بەرگری لە ئایین كردو خۆی ئەندامێكی چالاك بوو لەو ڕێكخراوەی خۆی لەنیویۆرك دایمەزراند بۆ توێژینەوە لە(شارەزایی- ئەزموون)ی سۆفیگەرێتی، بەرهەمە نوسراوەكانی بریتین لە(بنەماكانی- پرینسیپەكانی دەروونزانی- 1890)و(چەشنەكانی شارەزایی- ئەزموونی ئایینی- 1902)و(پراگماتیزم-1907)، ئەمەش نووسینە سەرەكییەكانیەتی.

2-سیخینۆف، ئیڤان میخائیلۆڤیچ- Sechenov:

(1829-1905) باوكی فسیۆلۆژیایی ڕوسی و دامەزرێنەری دەروونزانی ماتریال لەڕوسیادا، لە ئەكادیمیای نەشتەرگەری و نوژداری و لە زانكۆی مۆسكۆ مامۆستا بووە، یەكێك بوو لە ئەندامانی ئەكادیمیای زانستەكان هەر لە(1860-1901). بیرو بۆچوونە فەلسەفی و سیاسی و كۆمەڵایەتیەكانی كەوتبووە ژێر كاریگەری دیموكراتیخوازە شۆڕشگێڕە ڕوسەكانەوە، ئەم زانایە پرەنسیپی سێ میتۆدی بەخشی: گریمانی یەكێتی ماتریالی بۆ جیهان، پرەنسیپی هەربوونایەتی، وپاسی بالا بوون بۆ بابەتی توێژینەوە بەتایبەتی دەروونزانی.

توێژینەوە فسیۆلۆژییە ئەزموونییەكانی سەرەتا لەسەر كۆئەندامی ناوەندە دەمار دەستی پێكرد، وەك توێژینەوە لە جیهانی ناوەندە چەپاندن/ ڕاگرتن و خەسڵەتەكانی بەردەوامی((خود بزوێنەر- خۆ جووڵە)) لەشانەی دەماریدا. سیخینۆف پرەنسیپی پەرچە كرداری بۆ چالاكی دەماغ درێژكردەوە((پەرچە كردارەكانی مێشك))و((پێویستە چۆن پەرە بە دەروونزانی بدرێت)) سەرەتاش میتۆدی پەرچدانەوە لە چالاكی ئەقڵیی ئاژەڵان و مرۆڤ. ئەم زانایە چەند چەمكێكی نوێی خستە نێو زانستەوە وەك((ئامرازە هەستییەكان یان شیكەرەوە))وە((پەرچە كردارە وەرگیراوەكان)) كە ئەمانە بوونە خاڵی دەرچوونی پاڤلۆڤ لە خوڵقاندنی تیۆری چالاكی دەماریی بالا. بەشێوەیەكی زۆر گرنگ لە چارەسەری زانستی سروشتی لە گرفتی تیۆری مەعریفەی ماتریال بەشداری كردوە وەك(سروشتی پەرچە هەستیی)و(ئەركی دركپێكردن)و پەیوەندی پەرچە هەستیی بە بیركردنەوەوە و گواستنەوە لەم شتەوە بۆ ئەوشت، و سروشتی پرۆسە هزرییەكان((چاوگەكانی بیركردنەوە))و رۆڵی چالاكی بابەتی كردەیی لە پێكهێنانی وێنەو توانا ئەقڵیەكان و ژمارەیەك گرفتی دیكە. ((یەكەم وانە لە زانكۆی مۆسكۆ))و((سەرنجەكان و واقیع))و((بابەت و هزرو واقیع..)).

3-پەرچە كرداری مەرجدارو نامەرجدار Reflexes Conditioned and Unconditioned:- كاردانەوەی پێكەوە گونجانە لای مرۆڤ و ئاژەڵەكان، ئەوەی وورپا كەرەوە هەستییە وەرگرەكان و چالاكی كۆئەندامی دەماری بالا لەسەر ئاستە جیاوازەكان دیاری دەكات، پەرچە كردارە نامەرجدارەكان كاردانەوەی ئەرێنی(پۆزەتیڤی) ناخۆڕسكیە لە لایەن بوونەوەری ئەندامیەوە، بەوە جیادەكرێتەوە كە پێكەوە گرێدانی بەردەوامی نێوان ئەو كردەیەی كاردەكاتە سەر ئەندامێكی وەرگرو كاردانەوەیەكی پۆزەتیڤی دیاریكراوە. ئەوەش بوونەوەر والێدەكات كە لەگەڵ باروودۆخی جێگیری(ڕێژەیی) ژیانیدا بگونجێت. پەرچە كردارە نامەرجدارەكان- وەك ڕێسایەكی گشتی- بەهۆی دڕكە پەتك و بەشی خوارووی مێشكەوە ڕوو دەدات، بە كۆمەڵە ئاڵۆزەكانی پەرچەكردارە نامەرجدارەكانیش و زنجیرەی ئەم پەرچە كردارانە دەوترێت(رەمەكەكان- غەریزەكان).

بەڵام پەرچەكردارە مەرجدارەكان بریتین لەو كاردانەوانەی كە لەوەڵامی ووریاكەرەوەی ئەندامە وەرگرەكانەوە ڕوودەدات، كە لەماوەی ژیانی بوونەوەری ئەندامیدا دەستەبەر دەكرێت. پەرچە كردارە مەرجدارەكان لای ئاژەڵی بالاو مرۆڤ لە ئەنجامی پێكهێنانی پەیوەندییە كاتییەكان لە توێكڵی مێشكدا پەرەیان سەندوە ئەویش وەك میكانیزمێكی گونجاندن لەگەڵ باروودۆخی ئاڵۆزو گۆڕاوی ژینگەدا كاردەكات- بەپێی بۆچوونە نوێیەكان؛ پەرچە كردارە مەرجدارەكان بەڕوودانی كار كۆتایی نایەت، بەڵكو بە دركپێكردنی هەستپێكراو و بڕیاردانی دەرەنجامەكەی كۆتایی دێت. سیخینۆف یەكەم كەس بوو كە ئاماژەی بۆ

سروشتی پەرچە کرداری دەروون کرد. مێتۆدی ئەم بابەتەش کە پاڤلۆف داینا دەکەوێتە ژێرکاری تیۆری چالاکی دەماریی باڵاوە بەتایبەتی تیۆری دوو سستمی ئاماژەیی کە یەکێکە لە بنەماو بنەڕەتە زانستییەکانی دەروونزانی ماتریالی.

4-هەردوو سستمی ئاماژەیی- Signal Systems

میکانیزمی پەرچەکرداری مەرجدارە بۆ بەرپەرچدانەوەی (ڕەنگدانەوەی) واقیع، پاڤلۆف تیۆری دوو سستمی ئاماژەیی بەمجۆرە داڕشت: لە ئاژەڵە باڵاکانداو لە نێویاندا مرۆڤ، ناوچەکەی دەکەوێتە ژێر توێکڵی مێشکەوە، ئەوەش یەکەم ناوچەیە بۆ پەیوەندییە ئاڵۆزەکان لە نێوان بوونەوەری ئەندامیو ژینگەدا، ئەم ناوچەیە لە نزیکترین سنورەکانی لە دوو نیوە کرۆکی مێشکەوە بۆ خۆی پەرچە کرداری نامەرجداری ئاڵۆزی هەیە کەلە هۆکارەکە(کەمە) ئا مەرجدارەکانەوە دروست بووە، واتە لە هۆکارە دەرەکییە خۆڕسکەکانەوە(سروشتییەکانەوە)، لێرەدا پەرەپێدانی سنوردار لە ژینگەدا دەبێت. ناوچەی دووەمیان بریتییە لە دوو نیوە کرۆکی مێشک، لێرەدا بەهۆی پەیوەندییە مەرجدارەکانەوە پرەنسیپێکی نوێی چالاکی دروست دەبێت، واتە دۆزینەوەی ئاماژە لە هۆکارە(کەمە) نامەرجدارەکانەوە، بەرانبەی ئەوەی لە هۆکارەکانی دیکەدا لە ژماردن نایەن، ئەوانەی شیدەبنەوەو پێکدێن، کە وادەکات باشتر لە تواناداا بێت پەرەسەندن بەسەر خودی ژینگەدا بە ئەنجام بدرێت. ئەمەیان تاکە سستمی ئاماژەییە لە بوونەوەری ئەندامی ئاژەڵاندا کە سستمی ئاماژەیی یەکەمە، بەڵام مرۆڤ بێجگە لەمە سستمی(دووەمی) ئاماژەیی هەیە کە دەکەوێتە بەشەکانی پێشەوەی مێشکیەوە، کە بەهۆی گفتوگۆکردنو وتەکانەوە ئاماژە دەکات، ئەم پرەنسیپە شتێکی نوێ دەخاتە نێو چالاکی دەمارییەوە، ئەویش داماڵینو گشتگیرکردنی ئەو ئاماژانەیە کەلە سستمی یەکەمدا نییە، بەدوای ئەم چالاکیەشدا، چالاکی شیکردنەوەو پێکهێنانی ئاماژە گشتگیراوەکان دێت. ئەمە ئەو پرەنسیپەیە کە بوارمان پێدەبەخشێت بەبێ سنوور پەرە بە جیهانی دەرەکی بدەین.

5-وورووژاندنو چەپاندن- ڕاگرتن- Exitation and Inhibition

بە بڕوای پاڤلۆف؛ چالاکی دەماریی باڵا دوو پرۆسەی دەماریی بنەڕەتی بە ئەنجام دەدات کە بریتین لە وورووژاندنو چەپاندن- ڕاگرتن، هەردووکیان دوو پرۆسەی دژ بەیەکنو هەروەها پێکەوەشن، واتە سەرەڕای دژایەتییان، بەڵام لە هەمان کاتدا هاریکاری یەکتری دەکەن، وورووژاندنو چەپاندن دەتوانن لەسەر شانەی دەماریی باڵا بڵاوببنەوە، هەر یەکێکیان ئەوی دیکەیان دیاری دەکاتو لە شوێنێکی دیاریکراودا گەمارۆی دەدات

وورژاندن؛ بەمانای گەڕانەوەیەکی تایبەتو جیای هەموو شانەیەکی دەماریی لە مێشکدا دێت، ئەم گەڕانەوەیەش بەپێی جیاوازییەکانی ئەرکو بوونیەی شانە دەمارییەکە دیاری دەکرێتو لە شێوەی چالاکییەکی تایبەت بەم شانە دەمارییە خۆی دەنوێنێت. چەپاندنیش- ڕاگرتن؛ ڕاگرتن یان ڕێگرتنە لە وورووژاندن لە شانەی دەمارییدا، یان کەمکردنەوەی توانای ئەم شانەیە لە وورووژاندنو بەردەوام بوون لەگەڵیدا، چونکە بونیەی دەماریی کەلە حاڵەتی چەپاندندا دەبێت، کاتێك دەبێت کە بەبێ بڵاوبوونەوەی وورووژاندن بێت، واتە بێ لە گەیشتنی دەگۆڕێت. یەکەم کەس کە(چەپاندن- ڕاگرتن)ی دۆزییەوە سیخینۆف بوو. سروستی پرۆسەو کارەکانی چەپاندن تائێستا بە ڕوونی دیارینەکراوەو ناسراو نییە، واتە سروشتی پرۆسە کیمیاییو فسیۆکیمیاییەکانی کەلە شانەی دەماردا ڕوودەداتو چەپاندن-ڕاگرتن دیاری دەکات.

6–سیگمۆند فرۆید–Freud Sigmond (1856–1936): پزیشـكو پسـپۆڕی نەخۆشـییە دەمارییـەكانو پزیشـكی نەخۆشـی دەمـاریی ئەمسایی، كـاری گۆڕانـەكان لـە كـردە ئەقڵیـەتدا بـۆ هۆكـاری فسـیۆلۆژی ڕەتكـردەوەو تكوڵـی لـە متیۆدی بابەتی بۆ توێژینەوەی چالاكی ئەقڵی كرد،

تیۆری خودگەرایی داناو پێی وایە چالاكیە ئەقڵییەكان لە لایـەن هـێزە دەروونییـە تایبـەتو نادیـار(نـەزانراو)ەكانـەوە بەڕێوە دەچن كە كەوتۆتە پشت ئاناگاییەوە، وەكێشمەكێشە ئەقڵییە جێگیرەكان وەك(قەدەر) بەسەر دەروونی مرۆڤدا زاڵن، لە نێوان پاڵنەرە ئاناگاییەكانەوە بەرەو چێژ(چێژی زایەندی لەسـەڕووی هەموویانـەوە)و بـەرەو شـەڕانگێزیو(پرەنسـیپی واقیع) كە ئەقڵ خۆی لە گەڵیدا دەگونجێنێت. فرۆید هـەموو بـارودۆخو كـردە مرۆییـەكانو هـەموو ڕووداوە مێژوویـیو دیاردە كۆمەڵایەتیەكان دەخاتە ژێر(ملكەچی) شیكردنەوەی دەروونییەوە، بەو پێیەی شێوەكانی پاڵنـەرە ئاناگاییەكانـەو زایەندییـە لـە بنـەڕەتدا. پاشـان نموونـەی بـسالا– دەروونـی(لەسـەروو هەموانـەوە(ئـەو)ی نـەزانراو ڕواتـە ئاناگایی)یە هۆكاری مێـژووی ڕەگـەزی مرۆیـیو كردەكـانو هونـەرو زانسـتو ئـایینو دەوڵـەتو یاسـاو جەنگـەكان... دادەنرێت. ئاشكرایە كە ڕێبازە شیكارییەكەی كاریگەرییەكی زۆری لەسـەر بـوارە كەلتوورییـەكان هەیـە لەووڵاتـە سەرمایەدارەكاندا، بەتایبـەتی لـە تیـۆری هونـەرو كـارە هونەرییەكاندا.

7–ڕێگەیی–شێوەیی دینامی– Dynamic Stereotype :–یەكێكە لە چەمكەكانی تیۆریی پاڤلۆڤ دەربارەی چالاكی ناوەندە دەمار، ئامـاژە بۆ سستمی بزوێنـەری دوبارە بـۆوەو ئاڵۆزیی پەرچەكردارەكان دەكات كە جەستە لە پرۆسـەی ژیانیدا پەرەی پێدەدات. ڕێگەیی دینامی لـەژێر كاریگـەری بارودۆخە سەختەكانی ژیاندا پێكدێـت كە بـەدوای یـەكداو بەپێی سستمێكی دیاریكراو دێن(بێداری، زیندەخەو پاش نووستن، كردە لـە دوای كـردە...)، ئـەم بەدوایـەكدا هاتنـەی ڕێگەیی دینامی پەرچەكردارە مەرجدارەكانو كاری توێكڵی مێشك ڕێكو ئاسان دەكەن، بـەمانای دەستكرتنەوە لـە زۆر ڕۆیشتنی ووزەی دەماریو ئاسانكردنی پرۆسەی پێكهاتنی پەرچە كردارە مەرجدارە نوێیـەكان لەسەر بنەڕەتی ڕێگـەیی دینامی كە پێش ئەوە پەرەی سەندبوو. بەڵام گۆڕانی شێوازی ژیانو چالاكیەكان، ڕێكو پێكی ڕێگەیی دینامی تێكدەدەنو بە پێچەوانەوە كاری چالاكی دەماریی باڵا بە ئەنجام دەدەن، كە ئەوەش دەبێتـە هـۆی دەركـەوتنی حاڵەتـە دەمارییـەكان، لـەكاتی پرۆسـەیەكی ڕێـكو پێكـی ڕێگـەیی دینـامیدا، كاردانەوەی باش دروست دەبن وەك هەستكردن بەخۆشیو حەوانەوەو لەش ساغی، بەڵام تێكچوونـی ڕێگەیی دینـامی بـەهۆی پەرچـە هەڵچوونەكانـەوە دەبێتـە هـۆی دڵتـەنگیو خەمۆكیو نیگەرانیو بێهیوایی.

8–پـاڤلۆڤ دەڵێـت: ئێمـە جیـاوازی لـە نێـوان دوو جـۆر چـەپاندن لـە چالاكی دوو نیـوە كرۆكـی مێشـكدا دەكـەین، چەپاندنی دەرەكیو چەپاندنی ناوەكی. یەكەمیان ڕاستەوخۆ لەگـەڵ ئـەو پەرچـە كـردارە مەرجدارانـەدا دەردەكـەوێت كـە دروست دەكات، دووەمیش پلـە بەپلـەو لەگـەڵ تێپەڕبوونی كاتدا دروست دەبێت. یەكـەمیان دووپاتبوونەوەی حاڵـەتی چـەپاندنی ناسـراوە لـە فسـیۆلۆژیای بەشـی خـوارووی كۆئەندامی ناوەندە دەماردا، كاتێك دەردەكـەوێت كە هـەندێك ووریاكـەرەوە بنكـە جیاوازەكـان ووریـا دەكەنـەوەو چالاكیـە دەمارییە جیاوازەكان دەوورووژێنێت، بەڵام دووەمیـان لە دوو نیوە كرۆكی مێشكدا ڕەگیان داكوتاوە. جیاوازی نێوان ئەم دوو جۆر چەپاندنـە دەگەڕێتـەوە بـۆ بـارودۆخی دروسـت بوونـی هـەر یـەكێكیانو هیـچ پەیوەندییـەكی جەوهـەری بـە خودی پرۆسەكەوە نییە. بۆ نموونە چەپاندنی پەرچەكرداری تایبەت بەخۆراك لای سەگ كاتێك ڕوودەدات ئەگەر واڕێكەوت پشیلەیەك لە بەردەمی سەگەكەدا ئامادە بێت، ئەمە دەرەكییە، بەڵام چـەپاندنی نـاوەكی كـە مـەرجدارە لـەڕێی بـەهێزبوونی ووروژێنـەری مـەرجدارەوە دروست دەبێتو بەهۆی پەرچە كرداری نامەرجدارەوە ڕادەوەستێت.

9–چـەپاندنی–ڕاگرتنـی خۆپـارێزی.. چـەپاندنێكی نارەكییەو یـەكێكە لـە شـێوەكانی خەوتنـە، بـەڕای پـاڤلۆڤ كاریگەری پرۆسەی دژ بە چەپاندن كە ووروژاندنە لە شێوەی چـەپاندنی خـەوتنی ئـەندەكیو جێگـەییو سـنووردار دەردەكـەوێت، بـەڵام پرۆسـەی خـەوتن ئەو چەپاندنەیـە كـە بەشێكی زۆری مێشك داگیر دەكاتو بەخاتـە دەمارییـەكانی مێشكدا بڵاو دەبێتەوە. سەبارەت بە چـەپاندنی خۆپـارێزی پاڤلۆڤ دەڵێت: چەپاندن دوو ڕۆڵی سەرەكی هەیە، یەكەمیان گونجاندنی نێوان بوونەوەری ئەندامی زیندوو و ژینگەكەی، دووەمیشیان: خـەوتن. لـە بەرئەوەی یەكـەم بەرپرسیار لـە گونجاندنو خۆپاراستندا چەپاندنە.

سەرچاوەكان

1/طبیعة الأنسان فی ضوء فسلجة بافلوف/ الدكتور نوري جعفر مكتبة التحرير– بغداد/ط2–1978

2/پاڤلۆڤو فروید/ هاری ویلز/ ت: شوقی جلال الجزء الاول/ الهیئة المصریة العامة للكتاب/ 1975

3/الموسـوعة الفلسـفیة/ باشـراف: م. روزنتـال– ب. یودیـن ت/سمیر كرم/ دار الطلیعة– بیروت/ ط3– 1981.

بەشی پێنجەم

تێکچونە بۆماوەییەکان

Genetic disorders

نوسینی: ئەکرەم قەرەداخی

ڕەنگ کوێری color Blindness

تێکچوونێکی بۆماوەییە، کەسەکە ناتوانێت هەندێك ڕەنگ لە یەکتری جیابکاتەوە، کە لە 99٪ی ئەمانە ناتوانن ڕەنگەکانی سور و سەوز جیابکەنەوە و لە دوای ئەوانیش ئەوکەسانەن کە ناتوانن ڕەنگەکانی زەرد و شین جیابکەنەوە کە ئەمەی دواییان زۆر کەم و دەگمەنە.

بەپێی ئامارەکان بەرێژەی 8٪-12٪ی ئەو نێرانەی بنەچەیان ئەوروپییە ئەم دەردەیان هەیە و لە نیوەی 1٪یش لەمێدا، بەڵام لە ڕەگەزی نەتەوە و گەلانی دیدا هیچ ئامارێك لەو بارەیەوە لەبەر دەستدانیە.. ئەو کەسانەش کەشتەکان بەخۆڵەمێشی وەك سێبەر دەبینین، زۆر کەم و دەگمەنن.

تا ئێستا هیچ چارەسەرێك بۆ ڕەنگ کوێری نیە، بەڵام بوونی ئەم دەردە هیچ کاریگەرییەکی ئەوتۆی بەسەر کەسەکەوە نیە کە نەمێڵێت بەباشی کارەکانی ڕۆژانە یا فەرمانەکانی جێبەجێ نەکات یا لە ئیشوکاردا دانەمەزرێت. بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا هەندێك جار ئەمانە تووشی ناڕەحەتی دەبن لە کاروبارەکاندا وەك لە هەڵبژاردنی ڕەنگی جلوبەرگ

قوچەکەکانی تۆڕە

و قوماشدا، یا لە ناسینەوەی گلۆپی هاتوچۆ بە تایبەتی هەڵکردنی گلۆپی سور یا سەوز لە کاتی لیخوڕینی ئۆتۆموبیلدا کەبێگومان ئەوە توشی کێشەیان دەکات، یا لە کڕینی میوە، و بەکارهێنانی ڕەنگ وەك لەکاتی وێنەکردندا، یا بەکارهێنانی دەباشیری ڕەنگاوڕەنگ لە پۆلدا، یا لە ناسینەوەی ترشێتی یا تفتێتی مادە کیمیاییەکان بە هۆی (PH) دیاریکردنەوە، یا لە خواردنی مادە خۆراکە جیاوازەکادا، یابۆئەنجامی

کارلێکە کیمیاویەکان یا سەیرکردنی گوڵ وگوڵزارو نەناسینەوەی ڕەنگە سروشتیەکانیان.

زانیارییە کلینیکیەکان دەربارەی ڕەنگ کوێری؛

1–لەچاودا ژمارەیەکی زۆر قوچەك هەیە کە بۆ ناسینەوەی ڕوناکی و ڕەنگەکانی و وەرگرتنیان هەستدارن پێیان دەڵێن ڕوناکی وەرگرەکان (photoreceptor) بەرپرسن لە وەرگرتنی جۆرێك لە شەپۆلەکانی ڕوناکی بەهۆی ئەو بۆیە وەرگری کە تێدایە، بەم جۆرە هەندێکیان هەستدارن بۆ وەرگرتنی سور یا سەوز یا شین، بۆیە هەرتێکچونێك تیایاندا دەبێتە هۆی تێکچوونی ناسینەوەی ئەو ڕەنگە.

2–هۆکاری بۆماوەیی ڕۆڵێکی زۆر گەورەی لە پەیداکردنی ئەم دەردەدا هەیە، کە ئەوەش بەهۆی جینێکی تایبەتیەوە دەبێت و لەسەر کرۆمۆسۆمی توخم هەڵگیراوە واتە بەندە بە توخمەوە Sex- linked gen ئاشکرایە کرۆمۆسۆمەکانی توخم لە نێردا (Xy)ن و لە مێدا (XX)، بۆیە ئەم دەردە زیاتر لە نێردا دەبینرێت وەك لەمێ چونکە نێر بە تەنها ئەو (x)ەی هەیەتی توشی دەبێت، بەلام توشبوونی مێ پێویستی بە هەردوو (x)ە کە هەیە.

3–مێ بە تاکە یەك (X)ی توشبوو دەبێت بە هەڵگری نەخۆشیەکە و لە خوێندا دەرناکەوێت بەلام دەیگوێزێتەوە بۆ منداڵەکانی، بەڵام وەك وتمان نێر بە تەنها یەك (X)ی توشبو، توشی ئەم دەردە ی دەکات و تیایدا دەردەکەوێت هەر ئەمەشە کە زۆرجار ژنان دەڵێن پیاوان ناتوانن ڕەنگەکان بناسنەوە. یا کێلی ڕەنگیان لە گەڵدا هەیە.

4–وەرگرتنی ئەو جینی نەخۆشیە لە کوردا بەهۆی دایکەوە دەبێت لە کاتێدا کە دایکەکە هەڵگری جینەکە بێت یا بە تەراوی توشی بوبێت.

5–هۆکاری توشبونی ئەم دەردە بەهۆی تۆڕەی چاوەوە دەبێت کە وزەی ڕوناکی دەگۆڕێت بۆ وزەیەکی کارەبایی و لە ڕێگەی دەمارەکانی چاوەوە دەینێرێت بۆ دەماخ و ئەم گۆڕینەش بەهۆی دوو پێکهاتووەوە دەبێت لە چاودا کە پێیان دەڵێن قوچەکەکان Cones و چیلکەکان rods.

6–قوچەکەکان بەرپرسن لە پەرلەکردنی ڕەنگە بنەڕەتیەکان بەهۆی ئەو پێکهاتوە یا ئەو بۆیە وەرگرانەی تیایاندا یە، کە هەریەکەیان بەرپرسە لە وەرگرتنی یەکێك لە ڕەنگە بنەڕەتیەکان کە بریتین لە سەوز و سور و شین، لەبەرئەوە لە مرۆڤی ساغدا تێکەڵ وەرگرتنی ڕەنگەکان هەموو ڕەنگە دوەمیەکانیان بەباشی لێ پەیدا دەبێت و هیچ تێکەڵیەك لە بینیندا ڕوونادات.

7–تێکچوون یا تێکەڵکردنی ڕەنگ یا جیانەکردنەوەیان بەهۆی تێکچوونی خانە قوچەکیەکانەوە دەبێت لە ئەنجامی وەرنەگرتنی یەکێکیان کە بەرپرسی ڕەنگێکە لە سیانە کە یا لە ئەنجامی نەبونی بۆیە تایبەتیەکە یا لەکارکەوتنی، یا بە تەراوی نەبونی هەمویان،.

8–تێکچوونی جیاکردنەوە یا بینینی ڕەنگەکان بە زۆری

لە هەردوو ڕەنگی سور و سەوزدایە، بەڵام لە ڕەنگی شیندا زۆر دەگمەنە، ئەمەش ئەوە ناگەیەنێت کە ئەو کەسانە ئیتر ئەو دوو ڕەنگە بە تەواوی نابینین، بەڵکو توندی توشبوونەکە لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی دی جیاوازە، واتە ئەگەر کەسە توشبوەکە لەگەڵ کەسێکی ساغدا بەراوردکران دەبینرێت بە پلەی جیاواز جیاواز ڕەنگەکان باش نابینن.

9-وردە وردە ئەو کەسانەی لە نەخۆشیەکەیان شارەزادەبن دەتوانن خۆیان لەگەڵ ڕەنگەکاندا ڕابهێنن بەشێوەیەك کە وەك کەسێکی ساغ ڕەفتار بکەن، لەم بارەیەوە لە یەکێك لە تاقیکردنەوەی سەربازە ئەمریکییەکاندا لەکاتی ناسینەوەی ڕەنگە شاراوەکاندا کەسانێك ڕەنگەکانیان جیاکردەوە، کە ڕەنگ کوێر بوون لە کاتێکدا کە بەشێك لە کەسە ساغەکان نەیانتوانی ئەمە بکەن، هۆکەشی خۆ ڕاهێنانی ئەو کەسانە بوو بۆ ئەو ڕەنگەی دەیبینن و ماناکەی .کە لای خۆیان هەیە

جۆرەکانی ڕەنگ کوێری سور- سەوزی:

کەلێك جۆری ڕەنگ کوێری سەبارەت بە ڕەنگەکانی سور-سەوز هەیە کە ئەمانە هەندێکیان:

1-سورکوێری Protanopia

ئەمانە لەتۆڕەی چاویاندا ئەو قوچەکانەیان نیە کە هەستدارن بۆ وەرگرتنی شەپۆلە روناکیە درێژەکانە، لەبەرئەوە ئەمانە ناتوانن جیاوازی بکەن لەنێوان شەبەنگی ڕەنگەکانی سەوز- زەرد سوردا، ئەمانە خاڵێکی هارتا(Neutral point) یان هەیە . ناتوانن شەپۆلێکی(492 نانو مەتری) بناسنەوە لەبەرئەوە ناتوانن روناکیەك کەئەو رێژی شەپۆلەی هەبێت لەرەنگی سپی جیای بکەنەوەو هەستدارییان بۆ شەبەنگی روناکی پرتەقاڵ‌و سور نەماوە. لەم بارەیەوە چەند کەسێکی زۆر کەم لەجیهاندا بینراون کەچاوێکیان سروشتیەو چاوەکەی دیکەیان تووشی سورکوێری protonpia بوە. ئەمانە ئەگەر لەژێر خاڵی هارتا و شەپۆلە روناکیەکیان بەرکەوت سورەکە بەشین تێ دەگەن‌و

ئەگەر لەسەرو خاڵەکەشەوە بوو ئەوا بەزەردی دەخوێننەوە بەڵام ئەمە حاڵەتێکی دەگمەنە لەرەنگ کوێری.

2-سەوز کوێری Deuteranopia

ئەمانە ئەو قوچەکانەیان لەتۆڕەی چاودا نیە کەتایبەتن بە وەرگرتنی شەپۆلە ناوەندەکان(Medium- Wavelength cones) ئەمانە وەك ئەوانی پێشو ناتوان رەنگەکانی سەوز- زەرد- سور لەیەکتری جیابکەنەوە لەشەبەنگدا. خاڵی هاوتایان کەمێك درێژترە لە درێژە شەپۆلی 498 نانومەتر. ئەمەش یەکێکە لەحاڵەتە دەگمەنەکانی رەنگ کوێری کە 1٪ی نێری دانیشتوانی سەر زەوی دەگرێتەوە. وەهەندێك جاریش پێ‌ی دەوترێت spenteranofia ی هەبوە.

ئەوانەی لەژێر خاڵی هاوتاوە درێژی شەپۆلەکەیان بەردەکەوێت بەشینی دەخوێننەوە بەڵام ئەوانەی لە سەرو ئەو خاڵەوە بەریان دەکەوێت بەزەردی دەبینن.

3-سور لادان protanomaly

ئەمانە بەشێوەیەکی باز پێ دراو وەرگری شەپۆلە درێژەکانی روناکیان دروستکردوە وەهەرە هەستدارییتیان بۆ ئەو شەپۆلە روناکیانەیە کە لەدرێژی تۆری چاوی ئاسایی کورتترن. ئەو کەسانەی تووشی ئەم حاڵەتە بون لە کەسانی دی کەمتر هەستدارن بۆ روناکی سور، واتە ناتوان بەسروشتی رەنگەکان جیابکەنەوەو روناکیە تێکەڵەکان وەك کەسانی ئاسایی نابینن‌و کۆتایی شەپۆلە سورەکان بەتاریکی دێتە بەرچاویان، لەبەرئەوە زۆرجار هەلە دەکەن لەرەنگی رەشدا. ئەم حاڵەتەش زۆر دەگمەنە و لە1٪ی نێری دانیشتوان پێکدەهێنت لەناو ئەوانەی رەنگ کوێریان هەیە.

4-سەوز لادان deuteranomaly

ئەمانە بەشێوەیەکی باز پێ دراو بۆیە وەرگری شەپۆلە ناوەندەکانی روناکیان بۆ دروست بوە. بۆیەی درێژە شەپۆلی ناوەندی بەرەو کۆتایی شەبەنگی سور دڕوات‌و دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی یا دابەزاندنی هەستداریەتی بۆ ناوچەی سەوز لەشەبەنگەکەدا.

بەپێچەوانەی سور نەبینی protanomaly، چڕی ڕەنگەکان بێ گوڕانە، وئەمەش زۆرترین جۆری ڕەنگ کوێری پێکدەهێنێت کە دەگاتە 8٪ی نێر.

جوتبینی یاسێبینی ڕەنگەکان Dichromacy or Trichromacy

هەردو حاڵەتی سور کوێری protonpes یا سەوز کوێری Deuteranopes، لەجۆری جوتبینی ڕەنگەکانە، چونکە ئەمانە ڕوناکی شەبەنگ بەجوتی دەبینن(لەکاتێکدا مرۆڤی ئاسایی سێبینیە واتە سێ ڕەنگ بەیەکەوە دەبینن لەبەرئەوە پێویستیان بەسێ ڕوناکیە). ئەوانەش کەسەوز نەبینیان هەیە واتەDeuteranomaly. لە جۆری سێبینین (Trichromacy)ن بەڵام بەشێوەیەکی ئاسایی نایانبینن.

ڕەنگ کوێری شین- زەرد

ئەو ڕەنگ کوێرییەی بەهۆی پەککەوتنی قوچەکی وەرگری ڕوناکی شەپۆلی کورتەوە پەیدا دەبێت) پێی دەوترێت trionopia واتە (سێ ڕەنگ نەبینی).

کە لە ڕەنگەکانی شینو زەردا دەردەکەوێت و لەنێرومێشدا بەیەکسانی بڵاوە، چونکە ئەو جینەی بەرپرسە لە شەپۆلی ڕوناکی کورت پەیوەندی بە توخمەوە نیە واتە نەکەوتوتە سەرکرۆمۆسۆمەکانی توخم وەك ئەوانی دی. بەڵکو کەوتۆتە سەر کرۆمۆسۆمی 7.

تاك بینی Monochromacy

جۆرێکە لەڕەنگ کوێری کە دوو شێوە دەگرێتەوە شێوەی یەکەم کە پێی دەوترێت تاك بینی قوچەك ئەمانە تەنها یەك جۆر قوچەکیان کار دەکات ناتوانن هیچ ڕەنگێك جیا بکەنەوە بەڵام بەئاسانی چاریان دەبینێت بەبێ جیاکردنەوەی ڕەنگەکان. جۆری دوەم کە پێی دەوترێت بێ قوچەکی Muskun یا تەنها بوونی چیلکەکان roden ئەمانە تورەی چاویان هیچ قوچەکێکی تێدانیە، ناتوانن ڕەنگەکان جیا بکەنەوە و لەباری سروشتیشدا توانای بینینان زۆر گرانە.

تاقیکردنەوەی ڕەنگ کوێری

گەلێك ڕێگا بۆ ناسینەوەی ڕەنگ کوێری هەیە، یەکێك لە هەرە ناسراوترین ئەو ڕێگایانە ئەوەیە کە پێی دەڵێن ڕێگای Ishihara. کە بریتیە لە کارتۆنێك پڕە لە خاڵخاڵ ڕەنگەکان، و لە ناویاندا بەکاڵ چەند ژمارەیەك بە ڕەنگی جیاواز نوسراوە کەسە کە بانگ دەکرێت بۆ ناسینەوەی ئەو ژمارانە ئەگەر نەیتوانی هەر ژمارەیەك لەوانە بناسێتەوە بەوە جۆری ڕەنگ کوێرییەکەی دیاری دەکرێت.

سەرچاوەکان:

1-Different Types of colorblindness- New York – 2004. Pp124-132.

2-Color vision Deficiency – Clinical information- New York. Pp102-108.

3-Overview of colorblindness- London–2004. Pp18-23.

4- colorblindness –Magior Encyclopedia- London 2003 pp319-327.

هەنجیر
پێکهاتەو گەشەکردنی

نوسینی: سۆزان جەمال
پسپۆڕی بایۆلۆژی

هەنجیر میوەیەکی هاوینەیە لە خێزانی تووە Moraceae، ناوە ئینگلیزییەکەی (Fig) ە و لاتینییەکەی (Ficus)ە. توخمی (Ficus) نزیکەی چوارسەد جۆر دەگرێتەوە زۆربەی ئەم جۆرانە ئەو دارانەن کە لە ناوچە گەرمەکاندا گەشە دەکەن و هەمیشە سەوزن بەڵام ئەو هەنجیرەی دەخورێت دارەکەی لە جۆری گەڵا هەڵوەریوەکانە و جۆری (Carica)یە لە ناوی (Caria)یاوە هاتووە کە شارێکە لە خۆرئاوای ئەنادۆڵ و لەوێ هەنجیری وشکیان بەرهەم هێناوە کە زۆر لە هەنجیری وشکی ئەزمیری ئێستا دەچێت.

داری هەنجیر ئەڵقەکانی ساڵانەی دەرناکەون چونکە ڕەنگەکانی لەیەکدەچن و داری هەنجیر لەوانەیە زیاتر لە سەد ساڵ بژی.

هەنجیر وەك میوە دەخورێت و مرەباشی لێدروستدەکرێت و بە وشکیش هەڵدەگیرێت، سودەکانی و بەها خۆراکییەکەی لە ژماردن نایەن، سەرەڕای ئەوەی بۆ زۆر مەبەستی چارەسەرکردنی نەخۆشی و باشکردنی باری تەندروستی بەکەڵکە، هەنجیر تەنانەت گەڵاکانیش بۆ زۆر مەبەست سودییان لێوەر دەگرێت چونکە بە کانزاکان بەتایبەتی ئاسن دەوڵەمەندن و بڕێك لە پرۆتینیشیان تێدایە، داری هەنجیر سوکەو لە ڕووی بازرگانییەوە سودی لێوەرناگیرێت.

سوقراتیش بە درێژی لە کتێبەکەیدا بە ناوی (لێکۆڵینەوەیەك لەسەر ڕووەك) باسی هەنجیری کردووە.

نیشتمانی سەرەکی هەنجیر Origin

هەنجیر لە زۆر ناوچەدا دەچێنرێت، بەڵام باشوری نیمچە دورگەی عەرەب (شاخەکانی یەمەن) بە نیشتمانی سەرەکی هەنجیر دادەنرێت، تاکو ئێستا بە شێوەیەکی خۆڕسك لەو ناوچانەدا دەڕوێت، لەوێوە بەرەو باشوری سوریا و کەنارەکانی دەریای سپی ناوەڕاست و بەشی خۆرئاوای ئاسیاو قەوقاز و ئەرمینیا و ئێران و ئەفغانستان بڵاوبۆتەوە لە ئاسیاوە بۆ خۆرئاواش لە ڕێگەی فینیقییەکانەوە لە سەدەی چواردەهەمدا بڵاوبۆتەوە.

ئێستاکە گرنگترین ناوچەکانی ڕواندنی هەنجیر ئیتاڵیا (ناوچەکانی باشوری نابولی) و کوردستانی تورکیا (ناوچەی ئەزمیر) و ئیسپانیا و یۆنان و وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا و یۆگسلاڤیاو لوبنانە، بەڵام لای خۆمان تاکو ئێستا بڵاوبوونەوەی هەنجیر نەگەیشتۆتە ئاستی بازرگانی.

پێکهاتەکانی

هەنجیر بەمایەکی خۆراکی گەورەی هەیە، چونکە بە کانزاو ڤیتامین و تاك شەکرەکان دەوڵەمەندە. بڕی شەکر تێیدا دەگاتە لە 40٪ واتا لە 19٪ی کێشەکەی وەك شەکری گلوکۆز و فرەکتۆز ڤیتامین A,B1,B,Cی تێدایە. ماده ترشەکانیش وەك ترشی لیمۆو سێو سرکەو ترشی ئۆکزالیك بە بڕی1٪. هەروەها هەنجیر بە کانزاکانیش دەوڵەمەندە بە تایبەتی بڕی کالسیۆم تێیدا ئەگەر 100 گرام لە شیر 90 ملیگرام کالیسیۆمی تێدا بێت ئەوا 100 گرام لە هەنجیری وشك 150 ملیگرام کالیسیۆمی تێدایە، هەر 100 گرام هەنجیری تەڕیش سێ ئەرەندەی 100 گرام شیر، کالیسیۆمی تێدایە.

سەرەڕای بوونی فۆسفۆر تێدایە کە ڕێژەی کالسیۆم بۆ فۆسفۆر لە هەنجیردا بەڕێژەیەکی نمونەیی بۆ مرۆڤ دادەنرێت. هەروەها هەنجیر لە ئاسن و مەگنسیۆم و ترشی فۆلیك و سۆدیۆم و پۆتاسیۆمیش بەدەرنیە. ئاو لە 79٪ و پرۆتین 1.3٪ و ڕیشاڵ 1.1٪ی پێکدێنێت. لەبەرئەوەی هەنجیر بڕێکی باشی لە مادەی پکتین تێدایە کە دەگاتە 6٪ لەبەرئەوە بۆ ئەو کەسانە باش نییە بە زۆری بیخۆن کە هەوی ڕیخۆڵەیان هەیە. هەروەها بەهۆی زۆری بڕی شەکر تێیدا بۆ ئەوانە باش نییە کە نەخۆشی شەکرەیان هەیە، بە پێی هەندێك سەرچاوەی زانستی بۆ ئەوانەش باش نییە کە دەردە شایان هەیە بەهۆی بوونی بڕێکی زۆر لە ترشی ئۆکسالیك تێیدا. بەڵام خواردنی بەشێوەیەکی گشتی بۆ کەسانی ئاسایی باشەو بۆ منداڵ و ژنی دووگیان بە تایبەتی چونکە بەهۆی بەرزی بڕی کالسیۆم (227٪ملگم) و فۆسفۆر (263٪ ملگم) بۆ دروستبوونی ئێسك و پاراستنی ددانەکان زۆر بەسودە.

لە لایەکی دیکەوە خواردنی هەنجیر وزەیەکی باش بە لەش دەبەخشێت هەر 100 گرام هەنجیری تەڕ 83٪ گەرمۆکەی گەرمی دەبەخشێت لە هەنجیری وشکدا ئەم ڕێژەیە بەرزتر دەبێتەوە. ئابێت ئەوەش لەیاد بکەین کە هەنجیر خوێیەکانی پۆتاسیۆم و خوێیەکانی ئاسن بەڕێژەی 46٪ ملگم تێدایە کە ئەمانیش سودو بەهای تایبەتی خۆیان هەیە وەك لە دواییدا باسییان دەکەین.

ڕەوشی گەشەکردنی Growth habit

دار یان درەختن، درێژییەکەیان لەوانەیە بگاتە 50Ft بەڵام زیاتر درێژییان لە نێوان ft (10-30)، قەدی سەرەکی دارەکە کورتە، لقەکانی ئەستورن و قەدەکەی کەم لقە واتا لقی کەم لێبۆتەوە، لقەکانیش بەمێزو لول خواردوون. قەدە سەرەکییەکە کرۆکرێی چڕ هەڵدەگرێت کاتێك لقەکان لێدەکرێنەوە یان لادەبرێن، ئاوەگەکەیان بڕێکی زۆری شیری ڕووەکی تێدایە.

گەڵاکانی foliage

گەڵاکانی هەنجیر ڕەنگیان سەوزی کراوەیە، ڕووی ژێرەوەی گەڵاکان ڕەنگیان کاڵترە. تاکولۆ لەسەر قەدەکە ڕیزبوون.

قەبارەیان گەورەیە (درێژییان نزیکەی 1ft دەبێت) بە قوڵی یان کەمی پلیان بۆ ناوەوە لێبۆتەوە، نزیکەی (1-5) شەپۆلیان تێدایە، ڕووی سەرەوەی گەڵاکان مووی زبرو ڕووی ژێرەوە مووی نەرمی هەڵگرتووە، لە هاوینا گەڵاکان دیمەنێکی جوان بە دارەکە دەبەخشن، بۆنێکی تایبەتیان لێدێت کەلای زۆر کەس بۆنێکی خواستراوە تەنانەت هەندێك لە کۆمپانیاکانی جگەرە لە پیشەسازی دروستکردنی جگەرەدا سود لە بۆنەکەی دەگرن و بڕێکی زۆر لە کانزای تێدایە کە بۆ زۆر مەبەست بەکاردێت.

گوڵەکانی Flowers

گوڵکۆی گوڵی هەنجیر بریتیە لە کۆمەڵێك گوڵی بچوك، گوڵکۆی هەنجیر کە پێی دەوترێت Synconium لە هەڵگرێکی یان تەختێکی Receptacleی گۆشتی پێکدێت کە بۆشاییەکەی گڵکۆکەی داپۆشیوە ئەم بۆشاییە لەڕێگەی کونێکەوە بە دەرەوە بەستراوە پێی دەڵێن چاو Osteolum. ڕوکاری ناوەوەی ئەم بۆشاییە بە تەنی بچوکی گۆشتی داپۆشراوە کە گوڵەکانن، لە گوڵکۆی هەنجیری خۆڕسك کێوی؟ لەناو هەر بۆشایی گوڵکۆیەکدا سێ جۆر گوڵ هەیە، گوڵە نێرەکان، گوڵە مێیەکان و گوڵە باوەشگرەکان.

گوڵە نێرەکان Staminate flower

لە (3-5) پۆرگی گەورەی شێوە هێلکەیی پێکدێت، ڕەنگیان زەردەو لەسەر دەزوولەی باریك هەڵگیراون و چوار پەڕەکەی کورتی بچوکیشی هەیە.

گوڵە مێیەکلن Pistillate flower

گوڵەکە لە چوارپەڕەکەی کەمێك گەورە لەگەڵ کۆسپێکی باریکی درێژ (یان دوو کۆسپ) پێکدێت و بە هێلکەدانێکی هەڵئاوساو کۆتایی دێت، ئەم گوڵانە لەسەر هەنجیری مێیە و هەنجیری خۆڕسك هەن.

لە گوڵکۆی دارە نێرەکاندا تەنها گوڵی نێر هەیە بەڵام دارەمێیەکان گوڵکۆکانی گوڵی نێرەی پولەکەیی و گوڵی مێیەی بە پیت هەیە. نێرەکان دەکەونە بەشی سەرەوەو مێییەکان دەکەونە بەشی خوارەوە.

گوڵە باوەشگرەکان Gall flower:

گوڵەکانی لە چوار پەڕەکەی گوڵ و کۆسپێکی کورت کە لە قەدەمێکی کورت هەڵگیراوە، پێکدێت و بە هێلکەدانێکی هەڵئاوساوی گەورە کۆتایی دێت. لە ڕاستیدا ئەمانە گوڵی مێیەن بە شێوەیەك گۆڕانیان بە سەردا هاتووە تاکو مێرووی بلاستۆفاگا Blastophaga sp بە ئاسانی هێلکەکانی لەناودا دابنێت، لەبەرئەوە ئەم گوڵانە ناونراون گوڵە باوەشگرەکان چونکە کرمۆکەکانی ئەو مێرووە لە باوەش دەگرێت. کاتێك ئەم مێرووە هێلکەی خۆی لەناو ئەم گوڵانەدا دائەنێت گوڵەکان دەپوکێنەوە و دەمرن و بەرەکەش هەمووی دەپوکێتەوە.

گوڵە نەزۆکەکان Male flower

لە گوڵە مێیە ئاساییەکان دەچن بەڵام نەزۆکن، توانای نییەو لە ناو بۆشایی هەنجیری ئاساییدا هەن کە بە ناکامەبەر پێدەگەن.

گونجاندنی Adaptation

گونجاندنی داری هەنجیر بە پێی بارودۆخە ژینگەییەکان بەم شێوەیە دەگۆڕێت:

-ئاوو هەوای گونجاو:

هەنجیر حەزی لەو ناوچانەیە کە زستانەکەی گەرمە، چونکە گەشەی دارەکەی بە نزمبوونەوەی پلەی گەرمی بۆ (12-15) پلەی سەدی کاریگەردەبێت. لە کاتێکدا لە بارودۆخی زستانی ساردو هاوینی گەرمی وشك بەباشی گەشە دەکات، هەروەها باران لەگەڵ ساردی ئاووهەوا دەبنە هۆی تلیشبوونی بەرەکەیی و بۆ گەنبوونی، ئەمەش پەیوەندی بە حاڵەتی دارەکەو تەمەنی و جۆرەکەیی و بارودۆخی ناوچەکەوە هەیە. بۆ نمونە لە ناوچە کەنارییەکان بەرەکەی گەورەتر دەبێت وەك لەناوچەکانی ناوەوە چونکە لەوێدا ڕێژەی شێ بەرزە. هەرچەندە داری هەنجیر بەرگەی پلەی گەرمی بەرز تاکو (50) پلەی سەدی دەگرێت بەڵام باشترین بەر ئەوکاتە دەیدات کە پلەی گەرمییەکەی لە (38-39) پلەی سەدییەو لەم پلەیە بەرزتر نەبێتەوە چونکە لەکاتی بەرزبوونەوەی زۆری پلەی گەرمی بەرەکان زۆر شێوە پێستی دەبن و کرۆکە گۆشتییەکەیان کەم دەکات.

-خاکی گونجاو

هەنجیر لە خاکی جیاوازدا گەشەدەکات بە مەرجێك خاکەکە ئاورۆیشتنی باش بێت، بەشێوەیەکی ڕێژەیی هەنجیر بەرگەی وشکبوونەوەو خوێ و هەندێك تفتی و بەرزبوونەوەی ڕێژەی کالسیۆم لە خاکدا دەگرێت بەڵام گەشەی دارەکان سنوردار دەبن و بەمەش بەرەکەیان کەم دەبێت و قەراغی گەڵاکان لەدوای ماوەیەك کاریگەری وشکبوونەوەیان لەسەر دەردەکەوێت، بە بەراوردکردن لەگەڵ ئەو دارانەی لەناوچەی یان خاکی کەم خوێدا ڕوێنراون.

هەرچەندە هەنجیر لە خاکی لمیندا بەرهەمی باش دەدات بەڵام ئاسایی زوو لاواز دەبێت چونکە نیماتۆدی زۆر تێدایە و لە وەرزی هاوینیشدا پلەی گەرمییەکەی زۆ بەرز دەبێتەوەو کاردەکاتە سەر ڕەگەکانی. شایانی باسە لە ڕووی تامی شیرینی هەنجیرەکانیشەوە جۆری زەوییەکە کاریتێدەکات،

بەری زەوییە سوکەکان زۆر شیرینترن لەبەری زەوییە قورسەکان.

با:

بای توند دەبێتە هۆی تێکدانی بەرەکەیی و کەوتنیان و ڕێگەگرتن لە هاتنە دەرەوەی مێرووەکان بۆ پەڕینی ئەو جۆرانەی پێویستیانەو لەوانەشە ببێتە هۆی هەڵکەندن و شکاندنەوەیان بە تایبەتی ئەگەر زەوییەکە شێدار بوو، بەڵام بای هێواش بە فاکتەرێکی پێویست دادەنرێت بۆ پێگەیشتنی بەری هەنجیر بەشێوەیەکی باش. هەروەها دارەکانی هەنجیر بە بەرزبوونەوەی ڕێژەی شێ کاریگەر دەبن، گەڵاکان توشی نەخۆشی ڕەنگاوی بوون و جاڵجاڵۆکەی سور دەبن، تەنانەت لەوانەیە دارەکە زۆربەی گەڵاکانی بوەرن و لاوازببن، پێگەیشتنی بەرەکانیش دوا دەکەوێت و بەرەکان قەبارەیان بچوک و تامی شیرینییەکەیان کەم دەبێت و بە ئاسانی دوچاری ئافاتەکانی مێروو دەبن، تەنانەت سیفەتەکانی یەک جۆر هەنجیر بە گۆڕانی بارودۆخە ژینگەییەکان دەگۆڕێن و هەنجیرەکان بەری جیاواز دەبەخشن.

سووری هەوانەوەی دارە بچوکەکانی هنجیر کورتە، تەنانەت هەندێک لە لقە نوێیەکان بە ماوەیەکی کورت لە دوای هەڵوەرینی گەڵاکان دەستدەکەنەوە بە گەشە. بەڵام دارە پێگەیشتووەکان (گەورەکان) بۆ ماوەی چەند مانگێک ڕوتەڵەو بێ گەڵادەبن و کرانەوەی گۆپکە کانیشیان بە شێوەیەکی ڕێک و پێک نابێت.

ئاودانی Irrigation

هەرچەندە داری هەنجیر بەرگەی بێ ئاوی و وشکی دەگرێت لەو ئاوچانەدا کە ئاوریان زۆر کەمە، بەڵام بە گشتی بڕی بەرهەمەکەی بە ئاستی دابینبوونی ئاو لەو ناوچەیەدا، بەندە. هەنجیر پێویستە لەسەرەتای دەرکردنی گەڵاکانی ئاوی باش بدرێت، پاشان لە کاتی گوڵکردن و دروستبوونی بەردا کەم بکرێتەوە، چونکە زۆر ئاودانی لەکاتی بەرکردندا دەبێتە هۆی قلیشبوونی بەرەکەیی و ترشاندنی. هەروەها دەرکەوتووە هەنجیر بەرگەی ئاوی خوێیاوی بۆ ئاودانی دەگرێت تەنانەت تاکو پەییتی 4000-6000 بەش لە ملیۆن (ppm). زۆر ئاودانیشی دەبێتە هۆی زیادبوونی گەشەکەیی و خراپ بوونی بەهای بەرەکەی، بوونی (5-7) گۆپکە لەسەر لقەنوێیەکان بە گەشەیەکی مامناوەندی (نمونەیی) بۆ داری هەنجیر پێگەیشتوو دادەنرێت.

بە پەینکردنی:

زۆربەی جوتیاران پشت بە پەینکردنی داری هەنجیر نابەستن بەڵام هێزی گەشەکردنی دارو باشی بەرەکەی تاکو ئاستێکی زۆر پەیوەستن بە ئاستی بایەخ پێدانییەو لە ڕووی پەینکردنی خاکەکەیەوە.

وەڵامدانەوەی داری هەنجیر بۆ پەیینی فۆسفۆڕی پۆتاسیۆمی لاوازە بەتایبەتی لە زەوییە بە پیتەکاندا. بەڵام پەیینی نایترۆجینی بە پێچەوانەوە، هەنجیر وەڵامدانەوەی باشی بۆی هەیە، چونکە دەرکەوتووە پەیینکردنی ئازۆتی دەبێتە هۆی زیادکردنی گەشەی دارو بەرەکان و زیادکردنی قەبارەی بەرەکان و ناشبێتە هۆی قلیشان و بۆ گەنبوونییان. لە مانگی ئازاردا بەڕێژەی (60-120) کگم بۆ هەر دۆنمێک بە پێی تەمەنی دارەکان و جۆری خاکەکە بەکاردێت.

پێویستە پەیینەکە لە قەدی دارەکان بەنزیکەی نیو مەتر دور بخرێتەوە هەروەها پێویستە پەینی ئەندامی بەڕێژەی (9-12) مەتری چوارگۆشە بۆ هەر دۆنمێک زیاد بکرێت، لە ماوەی وەرزی زستاندا و لەزەوییە فشەڵ و لاوازەکاندا بۆ 18 مەتری چوارگۆشە، زیاتر بکرێت. دەتوانرێت پەیینە ئەندامییەکە لە چاڵێکدا لە نێوان هەردوو داری هەنجیردا بکرێتە خاکەکەوە، بەشێوەیەک قوڵایی هەر چاڵێک بگاتە ئاستی قوڵایی زەوییە شێدارەکە. شایانی باسە ئەنجامی توێژینەوەکان تاکو ئێستا ئیزافەکردنی قسڵیان بۆ خاکی هەنجیر ئاشکرا نەکردووە، بەڵام هەندێک جۆری هەنجیری وشکردنەوە بە زیادکردنی قسڵ بۆ خاکەکەی بەرەکەی باشتر دەبێت.

زیادکردنی هەنجیر یان بەردەوام پێدانی جۆرەکانی Propagation دەتوانرێت هەنجیر بە چەند ڕێگایەك زیادبکرێت کە ئەمانەن:

یەکەم:بەهۆی تۆوەوە: بۆ دەستکەوتنی جۆری نوی بەکاردێت بۆ مەبەستی دوورەگکردن، تۆوەکانی هەنجیر لە شوێنی گەرمدا زوو چەکەرەدەکەن، تۆوی پیتێنراو لە تۆوی نەپیتێنراو دەتوانرێت بە ئاسانی جیابکرێتەوە بە دانانیان لەناو ئاودا ئەوانەی نەپیتێنراون سەر ئاو دەکەون.

دووەم: بەهۆی گرۆکانەوە: لە تەنیشتەکانی قەدەکەوە گەشە دەکەن و دەتوانرێت لێبکرێنەوەو جارێکی دیکە بڕوێنرێن.

سێیەم: بە موتوربە: تەنها لە هەندێك باری سنورداردا پشتی پێدەبەسترێت وەك موتوربەکردنی جۆری باش لەسەر بنەچەی باش کە توانای بەرگریکردنی ئەنکلستۆما وەك Ficusglomeratay هەبێت.

چوارەم: پاڵخستن کەڕێگەیەکی سەرکەوتوو نییە بۆ زیادکردنی هەنجیر.

پێنجەم: بەهۆی قەڵەمکردنەوە.

باشترین و بڵاوترین ڕێگەیە بۆ زیادکردنی هەنجیر، لە هەمانکاتدا لە هەموو ڕێگەکانی دیکەش ئاسانترە، لقەکانی سەرەوە یان ئەوانەی لاکانی کە بە گۆپکە کۆتاییان هاتووە وەردەگیرێن، لە کاتێکدا لقێکی کۆتایی وەردەگیرێت ڕاستەوخۆ لە خوار گرێکەوە پێویستە ببڕێت. ئاسایی لە کاتی قەڵەمکردنی یان بڕینی زستانەدا (1-2) لقە دارێکی پێگەیشتوو کە تەمەنەکەی لە ساڵێك کەمتر نەبێت، وەردەگیرێت، ئەگەر لە سەرەتادا لە مەشتەل ڕوێنرا بە درێژی (20-25)سم و پانی (1-2)سم لێدەکرێتەوە، ئەگەر ڕاستەوخۆ لە زەوی هەمیشەییدا چێنرا درێژییەکەی نابێت لە (50-80)سم کەمتربێت. دەتوانرێت پاش لێکردنەوە یەکسەر بڕوێنرێت، بەڵام ئەگەر ئاووهەوا ساردبوو یان زەوییەکەی ئامادەنەکرابوو، دەتوانرێت بۆ ماوەیەکی دیسارێکراو هەڵبگیرێت (نابێت لە هەفتەیەك زیاتر بخایەنێت) هەڵگرتنیشی لە کاتی پێویستدا بەم شێوەیە دەبێت. کۆمەڵێك قەڵەمی هەنجیرەکە پێکەوە دەبەسترێت و دەخرێتە ناو لمێکی شێدارەوە، بەشێوەیەك بۆ شایی هەوا دروست نەبێت، نابێت لمەکە زۆر ئاویشی تێدابێت بۆ ئەوەی قەڵەمەکان بۆگەن نەکەن، بەیناوبەینیش تەماشا دەکرێن بۆ لابردنی بەشەخراپ بووەکانیان.

ڕواندنی Culture

قەڵەمی هەنجیر لە مانگی شوبات یان ئازاردا دەڕوێنرێت و ڕاستەوخۆ دوای ڕواندن ئاوی دەدرێت، هەر قەڵەمێك لەگەڵ یەکێکی دیکەدا پێویستە (60-70)سم نێوانیان هەبێت. لقەکانی کۆتایی لەوانەی ئەملاولا باشترن چونکە ڕێژەی سەرکەوتنی ڕواندنەکەیان دەگاتە 85٪ بەڵام لقەکانی ئەم لاولاکان دەگاتە 50-70٪.

لەکاتی گواستنەوەی قەڵەمەکان لە مەشتەلەوە بۆ زەوی هەمیشەیی دەبێت زۆر ئاگاداری بەرکەوتنی تیشکی خۆر و وشکبوونەوەی ڕەگەکان بین لەکاتی گواستنەوە. لەوکاتەدا چەند گورزەمان پێویست بێت تەنها دەبێت ئەوەندە بەرین. دەشتوانرێت ئەگەر زەوییە هەمیشەییەکە ئامادەبێت ڕاستەوخۆ قەڵەمەکان بچێنرێن، هەردوو قەڵەم لە چاڵێکدا کە ماوەی نێوانیان 10 سم بێت و ماوەی نێوان هەرچاڵێك لەگەڵ چاڵێکی دیکەشدا (5-7) مەتربێت.

هەڵپاچینی هەنجیر Pruning

لە کاتی بڕینی هەنجیردا پێویستە تێبینی دابەش بوونی لقەکان لەسەر قەدی دارەکە بکرێت و هەیکەلێکی بەهێزی پێ ببەخشرێت. هەروەها ڕێگەگرتن لە زیادکردنی قەبارەی دارەکە بۆ ئەوەی کۆکردنەوەی بەرەکەی ئاسان بێت و بۆ هاندانی لقە تازەگەشە کردووەکان کە دەکەونە بنهەنگڵی گەڵاکانەوە. پێویستە لە هەڵپاچینی زستانە دووربکەوینەوە چونکە دەبێتە هۆی لە دەستدانی بەرەکەی لە ساڵی داهاتوودا، واباشە لە دوای چنینەوەی بەری سەرەکی دارەکە کرداری هەڵپاچینەکە دەستپێبکرێت کە ئەمە دەکەوێتە وەرزی هاوینەوە.

چنینەوەی Harvest

پێویستە هەنجیر تاکو بە تەواوەتی پێنەگات لە دارەکەی نەکرێتەوە چونکە ئەگەر پێش پێگەیشتن لێکرایەوە، چیدیکە بە لێکراوەیی واتا دور لە دارەکە پێناگات. بەرە پێگەیشتووەکان سافن و ڕەنگیان کراوەیە و لە ملەکەیان خەریکە خۆیان لێدەبنەوە پێش لێکردنەوەیان بە دەست یان کەوتنە خوارەوەیان. هەنجیری تازە بە باشی نامێنێتەوە و لە بەفرگرەشدا تەنها 2-3 ڕۆژ هەڵدەگیرێت. هەندێك جۆری

هەنجیر بە وشکی تامی شیرین و خۆش دەبێت. ماوەی 4-5 ڕۆژی دەوێت لەبەر خۆردا وشك بێتەوە یان 10-12 کاتژمێر ئەگەر وشککەرەوە بەکاربێت. هەنجیری وشك دەتوانرێت بۆ ماوەی شەش مانگ بۆ هەشت مانگ هەڵبگیرێت.

پەڕینی هەنجیری ئەزمیری Fertilization

لە زۆربەی جۆرەکانی دیکە بڵاوترە، تاکو بەری پێگەیشتوومان لە هەنجیری ئەزمیری (سمرنا Smyrna دەستبکەوێت، پێویستە گوڵەکانی بەهەنجیری خۆڕسك (بڕی) نێر بەهۆی مێرووی بلاستۆفاگاوە کرداری پەڕین ئەنجامبدات. وەك زۆربەی جۆرەکانی هەنجیری ئاسایی، هەنجیری ئەزمیری دوو بەری هەیە، بەلام هەنجیری خۆڕسکی نێرە سێ بەری هەیە.

1-مامی Mamme یان هەنجیری زستانە، لە پاییزدا دەردەکەون و تاکو بەهاری داهاتوو بەسەر دارەکەوە دەمێننەوە، ئەو مێرووەی کرداری پەڕینەکە ئەنجامدەدات سووڕی سڕبوونی زستانەی تێدا بەسەر دەبات.

2-پڕۆفیشی profichi یان هەنجیری بەهارە، بەرەکان لە بەهاردا دەردەچن و قەبارەیان لە هەردوو جۆرەکەی دیکە گەورەترە، لەسەر لقەکانی ساڵی پێشوو دەردەکەون.

3-مامونی Mamoni لە هاویندا لەسەر لقەنوێیەکان دەردەکەون. سووڕی ژیانی مێرووی بلاستۆفاگا کە پارمەتیدەری یان هۆکاری سەرەکییە بۆ جێبەجێکردنی کرداری پەڕین لە هەنجیردا، بەهاتنە دەرەوەی مێیەکی تەواوی پێتێنراو لە بەری هەنجیری مامی لە کۆتایی بەهاردا دەستپێدەکات، لە کاتی هاتنە دەرەوەیدا لەشی بەر پۆرگی گوڵە نێرەکان دەکەوێتە کە دەکەونە خوار (چاو Osteolum)ەوە، بڕێکی زۆر دەنکە هەڵاڵە لەگەڵ خۆیدا دەهێنێت، پاشان بە شوێن گولکۆی هەنجیری دیکەدا دەگەڕێت تاکو هێلکەکانی لەناودا دابنێت، هەندێك لەم مێروانە دەڕۆنە بەری یەکەمی هەنجیری ئەزمیرییەوە، بەلام ناتوانن لەوێدا هێلکەکان دابنێن چونکە قەڵەمەکانیان درێژن،

مێرووەکان لەناو بەرەکەدا دەمرن بەڵام ئەو گوڵانە لەوانە بە دەنکە هەڵاڵەکانی لەشی مێرووەکە کە کرداری پەڕین ئەنجامبدەن. لە هەمان کاتدا هەندێك لەم مێروانە کە لەبەری (مامی)یەوە هاتوونەتە دەرەوە دەچنە بەری دووەمی هەنجیری ئەزمیرییەوە (واتا پڕۆفیشی) هێلکەکان لەناو گوڵە باوەشگرەکاندا دادەنێن و ئەوەی دووەمی مێرووەکەی تێدا گەورە دەبن. هەنگاوی داهاتوو هاتنە دەرەوەی مێرووە پێگەیشتووە پیتێنراوەکەیە لە بەری دووەمەوە (پڕۆفیشی) کە بڕێکی زۆری دەنکە هەڵاڵەی لەگەڵ خۆیدا هەڵگرتووە، یان دەچێتە بەری دووەمی هەنجیری ئەزمیرییەوەو بەهۆیەوە کرداری پەڕین بۆ گوڵە

مێیەکان جێبەجێ دەکات و پاشان خۆی دەمرێت لەناویداو بەهۆی ئاوگی بەرەکەوە بەشەکانی لەشی هەڵدەمژرێت، ئەمە ئاسایی لە مانگی حوزەیراندا دەبێت، یان دەچێتە بەری سێیەمی هەنجیری خۆڕسك (مامونی) و هێلکەکان لەناو گوڵە باوەشگرەکاندا دادەنێت و تاکو مانگی ئەیلول تێیدا دەمێنێتەوە. هەنگاوی سێیەم هاتنە دەرەوەی مێرووە پێگەیشتووە پیتێنراوەکەیە (ئەوەی سێیەم) لەبەری مامونی لە مانگی ئەیلولدا و دوایی دەچێتەوە بەری یەکەمی هەنجیری خۆڕسك (مامی) و سووڕی سڕبوونی زستانەی لەوێدا بەسەر دەبات.

جۆرەکانی هەنجیر Cultirars

هەنجیر جۆرەکانی زۆرن، لێرەدا بە کورتی باسی زۆربەیان دەکەین:

یەکەم: ئەو جۆرانەی توێکڵەکەیان سەوزی زەردباوە.

1-کەمەرەمانی: بەشە گۆشتییەکەی ڕەنگی سپییە، گەڵاکانی پچوکن و بەرەکەی پچوك و شێوە هەرمێییەو ئەستوری توێکڵەکەیان مامناوەندییەو زۆر شیرینە و بەرگەی هەڵگرتن و ناردنە دەرەوە دەگرێت بۆ وشکردنەوە دەشێت لە مانگی تەمموزدا گەشە دەکات.

2-نیسکی سپی: قەبارەی گەڵاکەی مامناوەندەو زۆر لە گەڵای گەرچەك دەچێت، بەرەکەی پچوکە و دەڵێی پەستێوراوەو شێوەی گوێیە و توێکڵەکەی ئەستورەو بەرگەی ناردنە دەرەوەو هەڵگرتن دەگرێت شیرینییەکەی مامناوەندە لە مانگی ئابدا پێدەگات.

3-ئەسوانی: بەشە گۆشتییەکەی سورە، بەرەکەی گەورە و شێوەو هەرمێیە، زۆر شیرینە، قەبارەی گەڵاکانی مامناوەندە، لە کۆتایی مانگی ئابدا پێدەگات.

4-نیسکی سور: وەك سپییەکە وایە، بەڵام تەنها لەڕەنگدا جیاوازن.

5-هەرمێی: دارەکەی بە هێزەو لقەکانی ڕێکن، گەڵاکەی قەبارەی مامناوەندەو بەرەکەی شێوە هەرمێییەو توێکڵەکەی کەمێك ئەستورەو بە ئاسانی لە بەشە گۆشتییەکەی دەبێتەوەو لە کۆتایی مانگی (یۆلیۆ) پێدەگات.

دووەم: ئەو جۆرانەی توێکڵەکەیان قاوەییەو بەشە گۆشتییەکەیان سورە.

1-سوڵتانی: دارەکەی مامناوەندە و مەیلەو گەورەیە و بڵاودەبێتەوە بەهێزە، گەڵاکانی گەورەن و لاسکۆکەکەیان درێژە، قەراغی گەلاکان یان ڕێك یان پلدارن (1-3) پل، ڕووی سەرەوە ڕەنگی یان سەوزی تۆخە و خوارەوە بە مووی ورد داپۆشراوە، بەرەکە قەبارەی گەورەیەو شێوە هەرمێییە و توێکڵەکەی تەنکە به ئاسانی لێدەکرێتەوە، بەرگەی ناردنە دەرەوە دەگرێت. کۆتایی مانگی تەمموزدا و ئاب گەشە دەکات و بەری دووەمیان لە ئەیلولەوە بۆ تشرینی دووەم پێدەگات، بەرگەی ئاوی خوێدار بۆ ئاودانی ئاگرێت و کاردەکاتە سەر گەشەکەیی و بەرەکەی. لەناوچەی بەرزی شێدار بە باشی گەشە دەکات.

2-عبودی: دارەکەی مامناوەندە و گەڵاکانی زۆر پچوکن، بەرەکەی قەبارەی مامناوەندەو شێوەی گوێیەو توێکڵەکەی تەنکەو بە ئاسانی لێدەبێتەوە، تامی شیرینە، لە کۆتایی مانگی (یولیو) پێدەگات.

سێیەم: هەنجیری کێوی یان نێر (سلفستریس)
Ficus carica var. silvestric

بەری ئەم جۆرە گوڵی نێری هەیە، گوڵی مێیەشی تێدایە بۆ گوڵی باوەشگر گۆڕاوە، تایبەتمەندبوون بۆ هەڵگرتنی هێلکەی مێرووی بلاستوفاگا.

چوارەم: هەنجیری ئەزمیری (سمرنا) **Ficus carica var Smyrna**

لە هەموویان بڵاوتر هەنجیری ئەزمیری مێیە، ئەم کۆمەڵەیە بەوە دەناسرێن کە بەرەکانی پێناگات تەنها لەوکاتەدا نەبێت کە بە دەنکە هەڵاڵەی هەنجیرێکی نێرینە پەڕین دەکات. تۆوی بەپیت دروست دەکات. زۆربەی هەنجیرەکانی ئەم کۆمەڵەیە بۆ وشکردنەوە دەشێن.

پێنجەم: هەنجیری ئینتەرمیدیا **Ficas carica var intermedia**

گرنگترین جۆرەکانی سان پەدرۆیە Sanpedroیە ئەم کۆمەڵەیە بەوە دەناسرێن دوو بەردەدەن.

شەشەم: هەنجیری ئاسایی (هورتنسیس) **Ficus carica var hortensis**

بەری ئەم جۆرە هەنجیر بە ئاکامە بەر پێدەگەن، گوڵی گوڵکۆ مێیەکان بۆ گوڵی ئەزۆك گۆڕاون و بەبێ پەڕین پێدەگەن. ئەمانیش دوو بەر دەدەن، گرنگترین جۆەکانی کە بڵاوبۆتەوە کادۆتاو ئادریاتیکە.

هەروەها ئەم جۆرانەی دیکەش لە هە نجیر هەن:

سل دی داما، جفوبلاك، برولسویك، فارتیکاو فازاناتا.

چۆنێتی وشکردنەوەی هە نجیر:

بەرەکان بە دارەکەوە بەجێدەهێڵرێن تاکو بە تەواوەتی پێدەگەن پاشان لە دارەکە دەکرێنەوە هەر بەلاسکەکانیانەوە. یان وازیان لێدەهێنرێت خۆیان بکەونە سەر حەسیرێکی پاك یان کا. بەرە پچوك و بریندار و شەقبردووەکان لەناویاندا لادەبرێن و لە باشەکان جیادەکرێنەوە.

پاشان دەشۆرێنەوەو دەخرێنە ناو خوێنیارێك بە پەیتی ٪2.5 کە لە پلەی کوڵاندندا بێت. دوای دەخرێنە سەر سینی مشەبەك (کون کون) دەتوانرێت مادە مۆمییەکە لە بەرەکان بگرێتەوە تاکو کرداری وشکبوونەوەکە خێراتر بێت، ئەویش بە بەکارهێنانی گیراوەیەکی تفتی گەرم (لە پلەی کوڵاندندا بێت) بە بەیتی 1-3٪ هایدرۆکسیدی سۆدیۆم تێدابێت، بۆ ماوەی نیو دەقیقە هەنجیرەکان لەناو گیراوەیەدا دادەنرێن پاشان چەند جارێك دەشۆرێنەوە بۆ لێکردنەوەی ئەو مادە تفتە

دوایی دەخرێنە ژوری تایبەتییەوە و تۆزی کبریت لە دەفرێکی زنکدا دەسوتێنرێت کە خەڵوزی گەشاوەی تێدا بێت، بۆ هەر مەترێکی چوارگۆشە 25 گم کبریت بۆ ماوەی 4-

5 کاتژمێر دەسوتێنرێت دەبێت ئاگاداری ئەوە بکرێت بەرەکان ئاویان لێبدرێت تاکو سپی ببنەوە. پاشان سینییەکان دەخرێنە بەر خۆر لەگەڵ بەردەوام ئەم دیوو ئەو دیوکردنیان بۆ ماوەی 5–7 ڕۆژ بە پێی پلەی گەرمی ئاوو هەوا شێ، چاودێری ئەوە دەکرێت کە هەنجیرەکان لە کاتی دەستتان پیایاندا هیچ شلەیەك نەیەتە دەرەوە، دوای ئەوە دەخرێنە سندوقی تەختە یان کارتۆنەوە.

سودەکانی لە ڕووی خۆراکی و چارەسەرکردنی نەخۆشی:

–وەك پێشتریش ئاماژەمان پێدا خواردنی هەنجیر بۆ منداڵ زۆر سودی بۆ بەهێزکردنی دان و ئێسك لە منداڵدا هەیە، هەروەها بۆ ئەو دایکانەی شیر دەدەن و ئەوانەش دووگیانن چونکە ئەو خواردنی هەنجیر شیر زیاد دەکات و بەهۆی بوونی بڕی زۆری کالسیۆم تێیدا بۆ دروستبوونی ئێسك و دانی کۆرپەلە بایەخی زۆری هەیە.

–هەرچەندە پێشتر وتمان ئەوانەی دەردەشایان هەیە هەنجیر نەخۆن بەڵام بەپێی هەندێك سەرچاوەی زانستی پزیشکی کۆرگیاو چارەسەرکردنی میللی، هەنجیر بۆ چارەسەرکردنی نەخۆشی دەردەشا بەکاردێت، وەك دەزانین دەردەشا بریتیە لە ڕوودانی هەڵەیەك لە میتاپۆلیزمی یان زیندەپاڵی خۆراکیدا، یاخود کەسەکە بە شێوەیەکی زگماکی لەوانەیە تێکچوونێکی لە ئەنزیمەکاندا هەبێت کە دەبنە هۆی ڕوودانی تێکچوون لە ترشە ئارکییەکاندا، دەرکەوتووە هەنجیر پەیوەندی بەو ئەنزیمە تایبەتیەوە هەیە کە زانسین بۆ یۆریك ئەسید دەگۆڕێت چونکە ئەو ئەنزیمە لە جیاتی ئەوەی ڕێگەی پێبدرێت بەیەك ئاڕاستەدا بڕوات بە دوو ئاڕاستەدا دەڕوات و بەمەش هاوسەنگی دروستدەکات ئەو چارەسەرانەی وەك دەرمان بە نەخۆش دەدرێت بە شێوەیەکی بەشی کاری ئەو ئەنزیمە دەوەستێنن بەڵام هەنجیر کاری ئەنزیمەکە بە بەردەوامی ڕێکدەخات.

–بۆ چارەسەرکردنی تێکچوونەکانی سوڕی مانگانە گەڵاکانی دەکوڵێنرێت و ئاوەکەی دەخورێتەوە.

–بۆ چارەسەرکردنی قەبزی کە بە هۆکاری یەکەمی مایەسیری دادەنرێت زۆ بەسودە و بەچەند ڕێگەیەك دەتوانرێت ئەم چارەسەرە پەیڕەوبکرێت.

وەك: خواردنی شەش هەنجیر ڕۆژانە و بە بەردەوامی تاکو قەبزییەتەکە یان مایەسیرییەکە ئەگەر هۆکارەکەی قەبزی بووبێت چاك دەبێتەوە.

یان ڕۆژانە خواردنی کەوچکێکی گەورە مرەبای هەنجیر.

دەتوانرێت بۆ هەمان مەبەست چوار هەنجیر لە کوپێك شیری تازەدا لەگەڵ دە دەنك مێوژ بکوڵێنرێت و پاش ساردکردنەوە، بەیانیان بەسکی ناشتا دەخورێت، یان چوار هەنجیر دەکرێتە پەرداخێك ئاوەوەو سەرەکەی دادەپۆشرێت تاکو بەیانی پاشان بەیانیان بەسکی ناشتا ئاوەکەی دەخورێتەوەو پاشان هەنجیرەکانیش دەخورێت ئەم ڕێگەیە بۆ میزپێکردنیش زۆر باشە لەو کەسانەدا کە گیروگرفتی میزو کۆئەندامی میزەڵدانیان هەیە.

–شەربەتی هەنجیر بۆ چارەسەرکردنی هەوکردنی بۆریچکەکانی هەواو سییەکان باشە، هەروها هەنجیری ڕشك بکرێتە ئاوەوە و بخورێت بۆ گیروگرفتەکانی کۆئەندامی هەناسە و چارەسەرکردنی کۆکە ڕەشە زۆ بەسودە.

–ئاوەکەی بە خەستی بۆ لابردنی پەڵەی پێست و مێورکردنەوەی ئازاری دان باشە

بە شێوەیەکی زانستی سەلمێنراوە هەنجیر بە ئاسانی هەرس دەکرێت و ڕێگە لە هەڵئاوسانی سك دەگرێت، بەهۆی بوونی بڕێك ڕیشاڵ تێیدا، فرێدانی پاشەڕۆ ئاسان دەکات و نایەڵێت مرۆڤ توشی قەبزی ببێت.

–بۆ ئەو کەسانەی تێکچوونەکانی کۆئەندامی میزڵدانییان هەیەو گرفتیان لە میزکردندا هەیە زۆر بەسودە، هەروەها ڕێگە لە دروستبوونی بەردی گورچیلە و بۆری میز دەگرێت و لە کاتی بوونی ئەم بەردانەشدا، وردییان دەکات.

–بۆ چارەسەرکردنی تێکچوونەکانی گەدەو هەموو کۆئەندامی هەرس بەسودە.

–بۆ جگەر و سپڵیش باشە.

–بۆ چارەسەرکردنی کۆکە و پاککردنەوەی سنگ لە بەڵغەم بەکاردێت.

–بۆ حاڵەتی ژەهراوی بوون باشە.

–بۆ ساڕێژکردنی برین، دەتوانرێت هەنجیری وشك و کوڵێنراو لەگەڵ شیردا تێکەڵ بکرێت و لە برین بدرێت یارمەتی زوو ساڕێژکردنی برین دەدات.

–بۆ چارەسەرکردنی لاوازی و کەم هێزی باشە، خواردنی لەگەڵ گوێز و بادەمدا یان فستقدا بۆئەو کەسانە بەسودە کە لاوازن و کێشیان کەمە، هەروەها بۆزیرەکی و بەهێزکردنی دەماخیش باشە.

–خۆڵەمێشەکەی لەگەڵ زەیتدا برین خاوێن دەکاتەوەو بۆ سپیکردنەوەی دان و بەهێزکردنی پووك باشە.

–شیرە سپییەکەی دەتوانرێت بۆ تەڕکردنی گۆشت بەکاربێت چونکە دوایی یارمەتی زوو هەرسکردنی دەدات.

–بۆ چارەسەرکردنی هەلامەت و هەوکردنی لینجە پەردەکان و هەوی مەلاشوو بەکاردێت، بەگەرمکردنی چەند هەنجیرێك لە لیترێك ئاودا پاشان بەسێ ڕۆژ جارێك دەخورێت و هەر ڕۆژەی پەرخێك بە گەرمی بەکاردێت.

–بۆ چارەسەرکردنی خاوبوونەوەی ریخۆڵەکان و خاوبوونەوەی گەدە بەم شێوەیە بەکاردێت: هەندێك هەنجیر لەت دەکرێت و لەناو زەیتی زەیتوندا نقوم دەکرێن لەگەڵ کەمێك شەربەتی لیمۆدا بۆ ماوەی شەوێك لە بەر هەوادا دادەنرێت پاشان بەسکی ناشتا ئەم تێکەڵاوە دەخورێت.

–شیرە سپییەکەی گەڵایان لقەکانی بەیانیان و ئێواران بەکاردێت بۆ لابردنی زیادە گۆشت و ئەو زیادانەی بەهۆی کەڕووەکانەوە لەسەر پێست دروست دەبن.

–گەڵاتازەکانی دەکرێتە ئاوەوە و ئاوەکەی بۆ چارەسەرکردنی قەبزی وگرفتەکانی میزکردن بە منداڵ دا بەکاردێت.

–گەڵاکانی هەنجیری ڕەش بۆ ڕەنگکردن و تۆخکردنەوەی قژ کەڵکی لێوەردەگیرێت.

- بۆ خاوێنکردنەوەی قاپ و قاچاغ بەکاردێت.

گرنگترین نەخۆشی و دەردەکانی کە زۆرجار نەخۆشییەکان بەهۆی مێرووەوە توشی هەنجیر دەبن وەك:

1–جاڵجاڵۆکەی سووری هەنجیر Eotetranychus cucurbitacearum

2–مێرووی فنجانی هەنجیر Asterolecanium Sabuci

3–مێرووی مۆمی هەنجیر Ceroplastes rusci

4–مێرووی بەری هەنجیر tonea aristella

5–مەلکەنەری قەدی هەنجیر Hesperophanes griseus

نەخۆشییەکانیش وەك:

A–بۆگەن بوونی ڕەگەکانی هەنجیر Roor Rots fig

ژمارەیەك کەڕوو دەبنە هۆی ئەم نەخۆشییە کە گرنگترین نیشانەکانی ئەمانەن:

1–زەردبوونی گەڵاکان و هەڵوەرینیان.

2–دارە نەخۆشەکان بە ئاسانی هەڵدەکەندرێن بەهۆی بۆگەن بوونی ڕەگەکان و داخورانیانەوە.

3–شیبوونەوەی ڕەگەکان و ڕەنگداربوونی بۆرییەکانی ناوەوەیان.

4–دارە توشبووەکان دەمرن.

B–بریندار بوونی هەنجیر Fig Cankers

کەڕووەکان دەبنە هۆی توشبوون بەم نەخۆشییە، بەهۆی برینداری سەرلقە سەرەکییەکان دەڕۆنە ناوەوەو لە تەڵاشەکە جیادەبێتەوەو توێکڵی لێدەبێتەوە، لقە توشبووەکان هەر لە لوتکەوە دەمرن و لقە توشبووەکان هەڵدەوەرێن.

دەتوانرێت بۆ بنەبڕکردن و لەناوبردنی مێرووەکان هەندێك پشێنەر بەکاربێت، وەك:

1–بیرفکسیون 40%.

2–جارادونا 50٪.

3–ئەندوسید 25٪.

سەرچاوەکان:

1–میشال حایك: موسوعة النباتات الطبية، ط 1، 1996

2–علي الرجوي، موسوعة زراعة وانتاج نباتات الفاكهة، 1997.

3–د. جبار حسن و د. يوسف حنا انتاج الفاكهة النفضية، [illegible]

4–الفاكهة في العراق، 1974

5–اشجار الفاكهة/ 1974

گەڕان بەدوای ژیانێکی دیکە لەم گەردوونەدا

محەممەد عارف سلێمان
سەرپەرشتیاری پسپۆڕی فیزیا

لە ڕێگەی تێڕوانین و لێکۆڵینەوە بەردەوامەکانەوە لەم گەردوونەدا، مرۆڤ توانیویەتی قەبارەی گەردوون تا چوار بڕەکات هەڵی سەنگێنێت بە نزیکەی (30) بلیۆن ساڵی ڕووناکی.

چونکە تا ئێستا نەزانراوە ئەم گەردوونە تاوەکو کوێ درێژ دەبێتەوە و لە ئەنجامی ئەمەدا، زانایان چەندەها پرسیاری بایەخدارو سەرسوڕهێنەر لەخۆیان دەکەن لەو بارەیەوە، دەڵێن: ئەگەر خۆر تاوەندە ئەستێرەیەك بێت لە نێوان بلیۆنەها بلیۆنەها ئەستێرە لەم گەردوونەدا، ئایا تەنها خۆر تاکە ئەستێرەیەو هەسارەی هەیەو بە دەوری خۆردا دەسوڕێتەوە؟ ئەگەر جگە لەم سیستەمە هەسارەییەی کە خۆمانی تێداین سیستەمێکی دیکەی هەسارەیی هەیە، ئایا لەو سیستەمەدا و لە یەکێك لە هەسارەکانیدا ژیان هەیە و ئایا مرۆڤی تێدایە وەکوو ئێمە بژی؟ ئەگەر هەبێت ئایا ئاستی پێشکەوتنی زانستیو تەکنەلۆژیایان لە چ ئاستێکدایە؟

ئایا زاناو، موسیقازان و گەردوون ناسیان هەیە وەکوو ئێمە لە گەردوون بکۆڵنەوە و بزانن چی تێدایە؟ ئەگەر ئەو شارستانێتیە هەبێت لە سەرەتادایە و لەوانەیە لە دەوری بەردا بێت؟

ئایا شێوەی ئەو زیندەوەرانە چۆن بن؟ ئایا لە ئێمە دەچن و یان شێوەیان جیایە؟

ئەم پرسیارە گەردوونیانە کە گەردوون ناسێك لە خۆی دەکات لە جێگەی خۆیدایە، ئەگەر وا نەبێت ئایا ئامانج لە بوونی مەجەڕەکان چیە کە ناتوانین بیبان ببینین و ناش زانین چیان تێدایە؟

سیفەتەکانی ئەو هەسارانە دەبێت چیبن بۆ ئەوەی ژیانیان تێدا بێت بوونی هەر ژیانێکی ئاقڵ لەسەر هەر هەسارەیەك، مانای ئەوەیە لەسەر ئەو هەسارەیە مەرجەکانی ژیانوو ژینگەیەکی دیارکراوی تێدایە کە زیندەوەرانی سەر ئەو هەسارەیە بپارێزێت. لە ڕاستیدا ئەو مەرجانە زۆرن بەڵام هەندێکیان باس دەکەین و ڕوونیان دەکەینەوە:

1-پێویستە ئەو دوورییەی کە دەکەوێتە نێوان هەر ئەستێرەیەك هەسارەکەی کە بەدەوریدا دەسوڕێتەوە دوورییەکی گونجاو بێت،بە جۆرێك پلەی گەرمی کار نەکاتە سەر زیندەوەرەکانی واتە پلەی گەرمییەکەی پێویستە ناوەند بێت و بەکەڵکی ژیان بێت.

2-هەسارەکە بە بەرگێکی کەش گونجاو دەورە درابێت، لە بارەی پەستانێکی گونجاو و پلەی گەرمیەکی گونجاو و گازی ئۆکسجینی تێدا بێت کە پێویستە بۆ ژیانی مرۆڤ و ئاژەڵ، و پێویستە گازی ئۆزۆن لەو گازانەدا بێت کە بەشێوەی بەرگ هەسارەکەی داپۆشێت بۆ ئەوەی نەیەڵێت تیشکی سەروو وەنەوشەیی بگاتە هەسارەکە.

3-پێویستە ئەو ئەستێرەیەی کە هەسارەکە بە دەوریدا دەسوڕێتەوە بە ئارام بێت و جێگەکەی نەگۆڕبێت. ئەگەر جێگەی ئەستێرەکە گۆڕا ئەوا پلەی گەرمی لەسەر هەسارەکەش دەگۆڕێت لە پلەی گەرمی ئێجگار نزمەوو بەستنەوە بۆ پلەی گەرمی زۆر بەرز کە زیندەوەر نەتوانێت لەسەری بژی.

4-پێویستە لارە گۆشەی تەوەرەی هەسارەکە 23.5 پلە بێت وەکوو لارە گۆشەی تەوەرەی زەوی بۆ پەیدابوونی هەرچوار وەرزەکە.

5-بوونی بڕێك ئاو بەش بکات و جۆرەکەی بگونجێن بۆ ژیان لەسەر هەسارەکە.

6-بوونی خواردنی تەواو بۆ ژیان.

7-پێویستە کێشکردنی هەسارەکە ناوەند بێت وەکو کێشکردنی زەوی.

8-پێویستە هەسارەکە هەمیشە لە باری ئارامیدا بێت. بەردەوام گوومەلەرزەو تەقینەوە و هەڵچوونی گڕکانەکانی تێدا نەبێت.

9-پێویستە جیاوازی نێوان ڕۆژو شەو هاوسەنگی تێدا بێت بۆ ئەوەی زیندەوەر لە شەوی هەسارەکەدا حەوانەوەی تەواوی خۆی وەرگرێت، ئەمەش کاتێك دەبێت ئەگەر درێژی شەوڕۆژ تیایدا وەکو درێژی شەو ڕۆژ لەسەر زەوی (24) سەعات بێت.

گەڕان بە دوای ژیاندا لە کۆمەڵەی خۆردا:

ئەو لێکۆڵینەوانە و تێڕوانینە گەردوونیانەی کە تا ئێستا کراوە دەرکەوتووە کە هیچ ژیانێك لە هەسارەکانی خۆردا نییە تەنها زەوی نەبێت. و کەشتیە ئاسمانیەکان تا ڕادەیەك ئەوەیان بۆ سەلماندوین.

بۆ نموونە هەسارەی (عەتارد) کە زۆر نزیکە لە خۆرەوە، و ئەوبەرگەشی کە دایپۆشیوە زۆر تەنکە، بۆتە هۆی ئەوەی تیشکەکانی بەرکەوێت بەشێوەیەکی بەردەوام، و پلەی گەرمی ئەو ڕووەی بەرامبەر بە خۆرە زۆر بەرزبێت و و پلەی گەرمی ڕووەکەی دیکەی زۆر نزم بێت، و بە هیچ جۆرێك ئاویشی تێدا نیە بۆ ژیان. ئەم ڕاستیانە لەلایەن کەشتییە ئاسمانییەکانیشەوە ڕوون بۆتەوە.

بەڵام هەسارەی (زوهرە) کە لە خۆرەوە نزیکە، بەرگێکی کەش زۆر قورسی هەیە بۆتە هۆی ئەوەی پلەی گەرمییەکەی زۆر بەرز بێت تەنانەت قورقوشم دەتوێنێتەوە، هەروەها ئاوی تێدا نییە، جا لەبەرئەوە لە ژینگەیەکی بەم جۆرە وەك جەهەنەم هیچ جۆرە ژیانێکی تێدا نابێت.

بەڵام لە بارەی هەسارەی (مەریخ)ەوە، زانایانی وەکوو (بیرسیڤال لوویل) و (ئەساف هال) و (شیا بارللی) لایان وابوو کە ژیانی زۆر پێش کەوتوو لە مەریخدا هەیە بەڵام کاتێك کە کەشتی (ئەلفایکنگ) لەسەر مەریخ نیشتەوە و وێنەی جۆراو جۆری بۆ زەوی نارد، دەریخست کە مەریخیش بە کەڵکی ژیان نایەت هەرچەندە هەندێك لە سیفەتەکانی لە سیفەتەکانی زەوی دەچێت. جا لەبەر ئەوە زاناکانی گەردوون ناسی هەوڵی ئەوەیانە کە کەشی مەریخ بگۆڕن بە جۆرێك ژیان بگونجێت لەسەری بەم پڕۆژەیە دەوترێت پڕۆژەی (نیشتەجێکردن لە مەریخ) وا چاوەڕوان دەکرێت ئەم پڕۆژەیە لە ساڵی 2170ز تەواو دەبێت، بەڵام هەسارەکانی دیکەی وەکوو (موشتەری، زوحەل، ئۆرانۆس، نبتۆن، پلۆتۆ) دوورن لە خۆرەوە، هەر هەموویان گازی ژەهراوی وەکو ئامۆنیا دەورەی داوون، و لە پلەیەکی گەرمی ئێجگار نزمدان واتە هەر هەموویان لە دۆخی بەستنداں بە هیچ جۆرێك بۆ هیچ جۆرە ژیانێك نابێت.

گەڕان بە دووای سیستمی هەسارەیی دیکەدا جگە لە سیستمی هەسارەیی خۆر

گەورەترین ئامێری تێڕوانینی گەردوونی لە دنیادا، تا ئێستا توانیویەتی تەنها زیادبوونی بریسکەی ئەستێرەکانی دیکەمان نیشان بدات، بۆ ئەوەی ئەستێرەیەکی دی ببینین بە ڕادەی پەپکەی خۆرەکەی خۆمان پێویستمان بە ئامێرێکی تێڕوانین دەبێت تەنها تیرەی ئاوێنەکەی نزیکەی (یەك میل بێت)، ئێستا ئەو جۆرە ئامێرەمان نییە، ئەگەر کاربەم جۆرە بێت، ئایا چۆن دەتوانین ئەو هەسارە تاریکوو زۆر بچووکانە ببینین کە بەدەوری ئەستێرەکانی دیکەدا دەسوڕێنەوە؟

چەند ڕێگەیەك هەیە بە هۆیانەوە دەتوانین کەشفی ئەو جۆرە هەسارە دوورانە بکەین کە ئەویش ئەمانەن:

1-ڕێگەی لەرینەوەی جوولەی ئەستێرەکە: Oscillation

ئەم ڕێگەیە بە وێنە گرتنی ئەستێرەکە پێك دێت بۆ چەند جارێکی دووروودرێژ و بەشێوەیەك چەند جارەکردنەوەی ئەگەر ئەستێرەکە هەسارەی هەبێت کە دەوریدا دەسوڕێتەوە مانای وایە ئەم ئەستێرەیە چەقێکی کێشکردنی لەگەل ئەو هەسارانەدا هەیە، جا لەبەر ئەوە جوولەی ئەستێرەکە لە ئاسماندا دەگۆڕێت بە شێوەی لەرلەرێکی بچووك کە دەتوانرێت ئەو لەرەلەرە بپێورێت بەلێکۆڵینەوە لە جوولەکەیداو تێڕوانین بەهۆی ئامێری چالاکوو زۆر وورد لە کارەکەیدا.

2-ڕێگەی هەسارەگیرانی ئەستێرە (Eclipe)

ئەگەر هەر هەسارەیەك بە دەوری ئەستێرەیەکدا بسوڕێتەوە و ئاستی سووڕانەوەی ئەو هەسارەیە بە دەوری ئەستێرەکەدا جووت بێت لەگەڵ ئاستی بینینماندا لەسەر زەوییەوە، ئەوا ئەو هەسارانە ئایەڵن درەوشانەوەی ئەستێرەکە بمانگاتێ و درەوشانەوەکەی لاواز دەبێت، ئەوەش دەیسەلمێنێت کە هەسارەیەك و یان چەند هەسارەیەك هەیە کە بە دەوری ئەو ئەستێرانەدا دەسوڕێنەوە. هەروەها دەتوانین ژمارەی ئەو هەسارانەشمان بۆ دەرکەوێت بەهۆی چەند جارە بوونەوەی کزبوونی درەوشانەوەی ئەو ئەستێرەیە، و هەروەها دەشتوانین بارستایی ئەو هەسارانە بپێوین.

3-ڕێگەی شیتەڵکردنی شەبەنگ Spectroscopy

بەم ڕێگەیە شەبەنگی ئەو ئەستێرانە شیتەڵ دەکرێت کەوا دەزانین ژیان لە هەسارەکانیدا هەیە. ئەگەر شیتەڵ کردنەکە وای دەرخست کە شەبەنگەکەی بۆ لای سوور و یان بۆ لای وەنەوشەیی لادەدات لە هەردوو بارەکەدا مانای ئەوەیە ئەستێرە هەیە کە دووردەکەوێتەوە لێمان یان نزیك دەبێتەوە بە گوێرەی بۆچوونی (دوپلەر). بەم ڕێگەیە دەتوانرێت ئەو هەسارانە کەشف بکرێت کە بەدەوری ئەستێرەکاندا دەسوڕێنەوە.

بەم ڕێگەیە توانرا هەندێك هەسارە کەشف بکرێت کە دەسوڕێنەوە بە دەوری خۆرەکانی دیکەدا، وەکو کەشفکردنی هەسارەی ئەستێرەی (بیرنارد) کە بەدەوریدا دەسووڕێتەوە و (6) ساڵی ڕووناکی لە خۆرەوە دوورە ئەمەش لەلایەن زانای بەناوبانگ (دوکامب) لە ساڵی 1963ز دا دۆزرایەوە و توانی بە نزیکی قەبارەکەشی بدۆزێتەوە کە بە قەدەر قەبارەی موشتەرییەو ژیانی تێدا نیە، هۆی ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ زۆر گەورەیی قەبارەکەی و هەروەها چاوەڕوانیش دەکرێت کە ئەم هەسارەیە لە ناو کۆمەڵێك هەسارەی دیدابێت کە بەچاو نابینرێن.

ژمارەی ئەو شارستانێتیانەی کە ڕادەبینرێت لە مەجەرەکەماندا هەبێت؟

وەڵام دانەوەی ئەم پرسیارە زۆر ئاڵۆزو پێچاوپێچە و ئاسان نییە. چونکە وەڵامەکە تەنها بەستراوە بە تێڕوانینە گەردوونییەکانی (مەجەرەکەمانەوە). و هەروەها لەوانەیە یان وا تێدەڕوانرێت کە ژیان لە مەجەرەکانی دیکەشدا هەبێت

هەموو ڕاستیەکان دان بەوەدا دەنێن کە ئەم مەجەرەی ئێمەی تێداین پێك هاتووە لە ملیۆنەها ئەستێرە کە پێی دەوترێت (ڕووباری مەجەرە)، هەر ئەستێرەیەك کە لە ناو ئەم مەجەرەدایە بەلایەنی کەمەوە هەسارەیەك و لەوانەیە کۆمەڵێك هەسارەی تایبەت بەخۆی هەبێت کە بەدەوریدا دەسووڕێتەوە. لەبەر ئەوە دوورنییە یەکێك لەم هەسارانە کەشوو هەوای بە جۆرێك بێت ژیانی ئاقڵی تێدا بێت وەکو زەوییەکەمان.

گەردووناسی بەناوبانگ (فرانك دریك)، چەند پرسیارێکی دانا لەسەر بنچینەی ئەگەرە باوەڕپێکراوەکان و لەو پرسیارانەدا، چەند تێڕوانینکی دانا بۆ ژمارەی ئەو

شارستانێتیانەی کە لەوانەیە لە گەردووندا هەبێت. و پرسیارەکانیش ئەمانەن:

1-ژمارەی ئەو ئەستێرانەی کە لە مەجەڕەکەماندا هەیە ڕێکەی کاکێشان چەندە؟

و/ بێگومان بەنزیکی 100 بلیۆن ئەستێرەیە.

2-ژمارەی ئەو ئەستێرانەی هەسارەیان هەیەو بە دەوری ئەستێرەکەدا دەسوڕێنەوە چەندە؟

و/ بێگومان نزیکەی 100 بلیۆن ئەستێرەیە بە قەدەر ژمارەی ئەستێرەکانی مەجەرەکەمانە.

3-چەند لەو هەسارانە وا دادەنرێت ژیانی تێدا بێت؟

وەڵام دانەوەی ئەم پرسیارە لە بنچینەدا بەندە بە بەراورد کردن لەنێوان ئەم هەموو هەسارانەو، کۆمەڵەی خۆرەکەمان کۆمەڵەی خۆر پێک هاتووە لە 9 هەسارە، تەنها لەسەر هەسارەی زەوی ژیان هەیە. واتە ژیان تەنها لە هەسارەیەکدا هەیە کە لە نێوان 9 هەسارەدایە، کەواتە وا چاوەڕوان دەکرێت ئەو هەسارانەی کە ژیانی تێدایە لە مەجەڕەکەماندا، بەلایەنی کەمەوە هەسارەیەک بێت بۆ هەر ئەستێرەیەک.

4-چەندە ژمارەی ئەوهەسارانەی کە ژیان تیایدا پێش کەوتووە؟

وا دەردەکەوێت وەڵام دانەوەی ئەم پرسیارە زۆر ئاڵۆز بێت و ئاسان نەبێت. بەڵام ژمارەی ئەو هەسارانەی کە لەڕاستیدا ژیانیان تێدایە زاناکانی گەردوناسی بە نزیکەی 4 بلیۆن هەسارەی دادەنێن جالەبەرئەوە مەجەڕەکەمان پڕە لەو هەسارانەی کە ژیانیان تێدایە.

5-چەند لەو هەسارانە ژیان تیایدا بەرەو پێش کەوتن چووە و تاگەیشتۆتە ژیانی زیرەک؟

لەوانەیە ئەو ژمارەیە بێت کە لە خاڵی چوارەمدا باسمان کرد واتە 4 بلیۆن هەسارە، چونکە هەر هەسارەیەک ژیانی تێدا بێت، ئەوا ئەو ژیانە پێشدەکەوێت بۆ ژیانی ئاقڵوزیرەک لەبەرئەوە ئێمە لەم گەردوونەدا بە تەنها نین.

6-چەند لەم شارستانێتیە زیرەکانە، تەکنەلۆجیای پەیوەندی پێشکەوتوویان هەیە؟

بە نزیکەی 4 ملایین شارستانێتی دادەنرێت

7-چەندە تەمەنی ئەم شارستانێتیانە؟ و چەند بە پێشکەوتویی دەمێننەوە؟ وەڵامی ئەم پرسیارەش ئاسان نییە، بەندە بە باری تایبەتی. و پەیوەندی بە هۆکانی تێڕوانینەکانەوە نییە. لە ڕاستیدا گەلێک هۆ بوەتە لە ناوچوونی شارستانێتیەکان، لەوانەیە ئەو هەسارەی کە ژیانی لەسەر بەهۆی جەنگێکی ناوکییەوە فەوتێنرابێت و یان لەوانەیە نەیزەکێکی بەرکەوتبێت و شارستانێتی تێدا نەهێشتبێت و یان کلکدارێکی بەرکەوتبێت ژیانی تێدا نەهێشتبێت هەر وەکوو ڕووی داوە لەسەر زەوی پێش نزیکەی (65) ملیۆن ساڵ و بوەتە هۆی فەوتانی داینەسوور، لەوانەیە هۆکان ژیانی لەسەر ئەو هەسارەیە نەمابێت وەکوو ئاو.

چوون بۆ ئەستێرەکان

ئەو دوورییە گەردوونییە ئێجگار گەورەیەی کە لە نێوان ئەستێرەکاندا هەیە. گەورەترین ڕێگرە لەبەردەمی مرۆڤدا بۆ چوون بۆ ئەستێرەکان و گەڕان بە نێوانیاندا، تەنانەت ڕووناکی کە گەورەترین خێرایی هەیە لە گەردووندا، پێویستی بە چەند ساڵێک هەیە تاوەکو دەگاتە نزیکترین ئەستێرە لێمانەوە. بۆ نموونە ئەو دوورییەی کە لە نێوان زەویو ئەستێرەی (ئەلفا قنتورس) هەیە، ڕووناکی بە (4.3) ساڵ دەیبڕێت و ڕووناکی پێویستی بە (68) ساڵ هەیە بۆ ئەوەی بگاتە ئەستێرەی (ئەلدوبران) لە (بورجی گا)دا. و هەروەها پێویستی بە ملیۆنەها ساڵ هەیە بۆ ئەوەی بگاتە نزیکترین مەجەڕە لە ئێمەوە جگە لە هەندێک مەجەڕەی دی کە هەیەو سەدەها و یان هەزارەها ساڵی ڕووناکی لێمانەوە دوورە دوای ئەم ڕوون کردنەوەیە، لە ڕاستیدا ئەم پرسیارە خۆی دەچەسپێنێت چۆن مرۆڤ دەتوانێ لە نێوان ئەستێرەکاندا بگەڕێت و پەیوەندی بە شارستانێتیەکانی دیکەوە بکات کە لە گەردووندا هەیە؟

گەورەیی گەردوونوو فراوانییە بێشوومارەکەی کۆسپێکی گەورەیە لەبەردەمی مرۆڤدا بۆ گەڕان لە نێوان ئەستێرەکاندا، چوونکە تێکرا ناوەندە تەمەنی مرۆڤ لە نێوان (65-70) ساڵدایە، چۆن دەتوانێت بۆ نموونە بە کەشتییەکی ئاسمانی بگاتە ئەستێرەیەک کە هەزارەها ساڵی ڕووناکی لێمانەوە دوورە؟

هەندێ کەس پرسیار دەکاتوو دەڵێت بۆ چی ئێمە بەخێرایی ڕووناکی ناگەڕێن؟ لە وەڵامی ئەم پرسیارەدا زانای بەناوبانگ ئانشتاین بە گوێرەی بیردۆزە ڕێژەییەکەی دەڵێت.

دووگیروگرفت لەبەردەمی مرۆڤدا هەیە بۆ گەشتکردن بە خێرایی ڕووناکی یەکەمیان ئەوەیە کە پێویستمان بە وزەیەکی بێبڕانەوە هەیە بۆ ئەوەی پاڵمان پێوە بنێت بە خێرایی ڕووناکی بڕۆین. و ئەم وزەیەش کە بێکۆتاییە مرۆڤ بە هیچ جۆرێك ناتوانێ ئامادەی بکات بۆ ئەم مەبەستە بە گوێرەی ئەو ئاستی زانستییە و تەکنەلۆژیایەی کە هەمانە. دووەمیان ئەوەیە هەر بارستاییەك بە خێرایی ڕووناکی بڕوات، دەگۆڕێت بۆ وزەی گەرمی واتە شێوەو سروشتی مادەکە دەگۆڕێت. جا لەبەرئەوە گەشتکردن بە خێرایی ڕووناکی زۆر ستەمە.

بەڵام ئەگەر مرۆڤ بیەوێت بە کەشتیەکی ئاسمانی دەستکردی ئێستا گەشت بکات. پێویستی بە ملیۆنەها ساڵ دەبێت بۆ ئەوی بگاتە نزیکترین ئەستێرە.

ناردنی نامە بۆ شارستانێتیەکانی دیکە لە گەردووندا

گەردوون ناسییەکان دوو ڕێگەی بنچینەییان بەکارهێنا بۆ پەیوەندی کردن بە شارستانیتیەکانی دیکەوە، یەکەمیان بەهۆی ئامێرە ڕادیوییەکانەوە، دووەمیان بەهۆی کەشتییە بێ کەشتییەوانەکانەوە.

یەکەم: پەیوەندیکردن لەگەڵ شارستانێتییەکانی دیکەدا بەهۆی ئامێرە ڕادیۆییەکانەوە.

بۆ ئەم پەیوەندییە تشکە کارۆموگناتیسییەکانیان بەکارهێنا بۆ ناردنی نامە لە شوێنێکەوە بۆ شوێنێکی دیکە، هەر وەکوو ئەو پەیوەندیکردنەی پەیڕەوی دەکرێت لە نێوان مانگە دەستکردەکان لە بۆشاییداو زەوی.

لەم جۆرە پەیوەندیکردنە سوودی ئەوەیە کە دەتوانرێت نامەکان بنێردرێن بە خێرایی ڕووناکی و نرخیش هەرزانترە ئەگەر بەراوردبکرێت بەو گەیاندنەی کە کەشتیە ئاسمانیەکان لە بۆشاییدا دەیکەن. هەرچەندە ئەم پەیوەندیکردنە ڕادیۆییانە زۆر شتی بۆ ئاسان کردوین بۆ ناردنی نامەی زۆر خێرا بۆ شارستانێتیە زیرەکەکانی دیکە ئەگەر هەبێت لە گەردووندا. بەڵام چەند کۆسپێك دێتە ڕێگەی ئەو جۆرە پەیوەندیکردنە کە ئەویش ئەمانەن:

1-دەبێت ئەو شارستانێتیانەی کە نامە ڕادیۆییەکانمان بۆ ناردن هەمان پێشکەوتنو تیکنۆلۆژیای ناردنی نامەی خێرا یان هەبێت وەك ئێمە ئەگەر ئەو شارستانێتیە دواکەوتووین واتە ئامێری ڕادیۆییان نەبێت ناتوانن ئەو نامانە وەرگرن کە بۆمان ناردن. و لە ئەنجامدا وەڵامی ئەو نامانەمان دەست ناکەوێت، هەرچەندە ژیانی زیرەکوو ئاقڵی تێدا بێت. و یان لەوانەیە ئەو شارستانیتیە بە جۆرێك پێشکەوتوو بێت ئەو ئامێرە ڕادیوویانەی کەلای ئێمە کارپێدەکەین لای ئەوان کۆن بوبێت و ئێستا بە هیچ جۆرێك بەکاری نەهێنن و ئامێری بە جۆرێك تازەیان هەبێت کە ئێمە هیچی لێنەزانین.

2-لەوانەیە ئەو نامانەی کە ناردوومانە نەگەیشتبێتە ئەو شارستانێتیانە بەهۆی هەڵمژینو دانەوەی ئەو شەپۆلە ڕادیۆیانەی کە ناردومانە لەکاتی تێپەڕبوونیدا بە بۆشاییدا، و یان نامەی گەیشتوو بەهۆی ئەو هۆکارانەی باسمان کرد ڕوونو ئاشکرا نابێت تا لێی تێبگەن.

3-بابەتی نامەکەو شێوەکەی:

ئەمەیان گەورەترین گیروو گرفتەکە دێتە بەردەمان بۆ پەیوەندیکردن بەشارستانێتیەکانی دیکەوە بە ڕێگەی ڕابردووی لە گەردووندا چوونکە زمانی ئەوان نازانین، ئایا کوردییە، عەرەبییە، ئینگلیزیە، و یان فەرەنسییە؟ و یان زمانێکە تایبەت بە خۆیان و ئێمە لێی نازانین؟ ئەمەش وایان لێدەکات لە نامەکانمان نەگەن، و هەروەها نازانین بە تەواوی چی بنوسین لە نامەکانماندا.

4-لەوانەیە لە ئەنجامی دووری ئەو شارستانیانە لە مەجەرەکەمانەوە نامەکانمان نەیان گاتێ، لەبەر لاوازی ئامێرەکانی گەیاندنمانەوە.

لەگەڵ هەموو ئەو گیرو گرفتانەدا کە هەن و کۆسپن لە بەردەم پەیوەندییە ڕادیووییەکانماندا لەگەڵ ئەو شارستانیانەدا ئەگەر هەبێت لە گەردووندا، گەردوون ناسەکان جۆرە نامەیەکی تایبەتیان نارد بۆ بۆشایی لە گەردووندا. لای خوارەوە هەندێك لەونامانە ڕوون دەکەینەوە:

یەکەم: نامەی بنکەی تێڕوانینی (بانك گرینی ڕادیووی)

لە ساڵی (1960ز)دا. زانای گەردووناسی ڕادیووی (فرنك دریك) نامەیەکی ڕادیۆیی لە بنکەی (بانگ گرین) لە ولایەتی فرجینیای ئەمریکییەوە نارد و ئەم پرۆژەیە ناونرا پرۆژەی (ئۆزما)، ئەمەش ناوی پاشایەکی خەیاڵییە کە نووسەری بەناوبانگ (بوم) لە یەکێك لە چیرۆکە خەیاڵییەکانیدا بۆ منداڵان ناوی هێناوە، کە زانا بۆم تیایدا دەڵێت پاشای ئۆزما حوکمی زەوی ئۆزی کردووە، کە ناوچەیەکی خەیاڵییەو

زیندەوەری ڕەوشت سەرسوڕمێنەری تێدایە و زۆر دوورە لە زەوی خۆمانەوە لە قوڵایی گەردووندایە. لە ڕۆژی 1960/2/8دا سەرلەبەیانی سەعات 4 زانای بەناوبانگ (فرنك دریك) نامە ڕادیۆییەکەی نارد، و ئەم پرۆژەی نامەناردنە بۆ ماوەی 4 هەفتە بەردەوام بوو. نامەکان ئاراستە دەکران بۆ ئەو ئەستێرانەی کە شەبەنگەکانیانو، سیفەتەکانیان وەکوو خۆری خۆمانە، یەکێك لەو ئەستێرانە ئیریونیۆس (Evedianus)ی ناوە کە 10.8 ساڵی ڕووناکی لێمانەوە دوورە.

و هەروەها لە ساڵی 1974ز دا. لە بینگەی (مرصد) ئەریسیبیو ی ڕادیووی لە پۆرتۆریکۆ لە وڵاتە یەکگرتووەکان چەند نیشانەیەکیان بەشێوەی (شفرە)ی دووانی و بەڕێك خستنێکی تایبەتی ئەو جووتە شفرەیە لەگەڵ یەکدا نارد، وەکوو ڕێك خستنو ناردنی وێنەی ژنوو پیاوێك بە جۆرێك ڕێك خستن کە دەلالەت لە زیادبوونی مرۆڤ بکات لەسەر زەوی، جگە لە ناردنی وێنەیەك لە ترشی ئەمینی (DNA) کە بنچینەی مادەی زیندووە لەسەر زەوی. و ئەم نامە ڕادیۆییە ئاراستەی ئەستێرەکانی هرقل HERCULES کرا.

بڕوانە وێنەکەی خوارەوە

دووەم: پەیوەندیکردن لە شارستانییەتییەکانی دیکەدا

بەهۆی کەشتیە ئاسمانییەکانەوە:

تا ئێستا گەردووناسییەکان چوار کەشتی ئاسمانیان ناردووە بۆ دەرەوەی کۆمەڵەی خۆرەکەمان، ئەو کەشتییانە ئەمانەن (مارینەر-10+ مارینەر-11)

و (فوایاجیر-1 + فوایاجیر-2) ئەم چوار کەشتییە نامەی تایبەت بە شارستانێتیە گەردوونییەکانیان هەڵگرت بۆ دەرەوەی کۆمەڵەی خۆر.

نامەی یەکەم بریتییوو لە پەپکەیەکی ئاڵتونی بێ خلتە بۆ ئەوەی تیشکە گەردوونییەکانو هیچ شتێك کاری تێنەکات و لەسەر ئەو پەپکەیە ئەم شێوانەی تێدا نەقش کرابوو:

1-مێلکارییەکی گەردیلەی هایدرۆجین کە بە ئاسانی ئەو تیشکە کارۆموگناتیسییەی درێژی شەپۆلەکەی (21سم)ە بەناویدا تێپەڕێت.

2-وێنەی پیاوێکوو ژنێك کە نموونەی ئەو دوو تورخمە ئاقڵە دەنوێنێت لەسەر زەوی کە نامەکەیان بە کەشتیە ئاسمانییەکەدا ناردووە و پیاوەکە تیایدا دەردەکەوێت دەستی هەڵبڕیوە بۆ سەرەوە بۆ سەلامکردن.

3-چوارده مێل کە شوێنی چواردە ئەستێرەی درەوشاوە دەنوێنێت کە مرۆڤی سەر زەوی توانیویەتی بیان دۆزێتەوە لەنزیك کۆمەڵەی خۆرەوە لە مەجەڕەدا.

4-مێلکارییەکی دیکە بۆ خۆروو ئەو هەسارانەی دەورەی خۆریان داوە بە گوێرەی قەبارەکانیان، و کەشتییەکی بچووکیش کە لە موشتەریەوە دەردەچێت ڕووەو زوحەل بۆ گەیاندنی نامەکە.

5-مێلی پانی لە نێوان تیرەی مەجەڕە بە ساڵی ڕووناکی و شوێنی خۆر لە مەجەڕەکەدا.

6-ئەو کەشتییەی کە دەکەوێتە پشتەوەی پیاوەکەو ژنەکەوە. قەبارەی ڕاستی مرۆڤ دەنوێنێت بە گوێرەی کەشتیە ئاسمانیەکە.

هەروەها هەردوو زانای گەردوون ناسی (کارل ساغات) و (فرانك درێك) قەوانێکی تۆمارکراویان نارد بە کەشتییەکەدا کە چەند جۆرە دەنگێکی لەسەر تۆمارکرابوو بۆ زانیاری لە بارەی ژیانەوە لە سەر زەوی، جگە لە ناردنی چەند دێڕە هۆنراوەیەك بە هەموو زمانەکانی سەر زەوی. جگە لە تۆمار کردنی چەند دەنگێکی دیکەی وەکوو دەنگی جوولەی ئۆتۆمبیل و شەمەندەفەر فڕینی فڕۆکە و ڕۆکێتەکانوو، هەورەگرمە و گریانی منداڵوو دەنگی پێی ڕێبوار و هەندێك لە موسیقای بەناوبانگ وەکوو سیمفۆنییەکان بتهۆڤن و هەندێك لە مۆسیقای گەلان بە هەمە جۆرە زمانی ئەم سەردەمە.

تەبەقە فڕیوەكـان لـە نێـوان ڕاسـتیو خـەیاڵدا هـەر لـە ساڵەكانی چلی ئـەم سـەدەی بیسـتەمەدا، چـەند تـەنێكی ئاسمانی زۆر سەرسووڕمێنەر پەیدا بوون لە ئاسماندا ناویان نان تەبەقە فڕیوەكان، چونكە زۆربەی ئەو كەسانەی ئەم جۆرە تەنانـەیان دیبـوو دەیـان ووت بـە شـێوەی تەبـەقن و بەخێراییـەكی زۆر گـەورە دەفـڕن بـەبێ ئـەوەی هیـچ جـۆرە دەنگێكیـان لێدەرچێـت وەكـوو دەنگـی ئامێرەكـانوو باڵەپەستۆی هەوا وەیان دەنگی مۆتۆڕەكان.

مێژوناسـەكانی ئـەم سـەردەمە لـە ڕێگـەی زاناكـانی ئاسەوارەكانەوە بۆیان دەركەوتووە كە هـەندێك لـەو شـێوەو وێنانـەی كـە لـە پێشـوونان ماوەتـەوە، لەوانەیـە كەشـتی ئاسمـانی بوویـن، و دەركـەوتبن لەسـەر زەوی دووای گەیشتنیان بە زەوی لە پێش هـەزارەها سـاڵدا. هـەندێك لـە زانایـانی گـەردوون ناسـی لـەو بـاوەڕەدان كـە (هەرەمـەكانی مصـر) فرعەونییـەكان دروسـتیان نـەكردبێت، بـەڵكو ئـەندازیارەكانی شارسـتانییەتیەكانی بۆشـایی دەرەوەمـان هاتوونەتە سەر زەوی و زانیارییان داوە بە ئەندازیارانی سەر زەوی و توانیویانـە ئـەو ئەهرامان درووست بكـەن كـە تـا ئێستاش ئـەندازیارەكانی بینـاكردن نـازانن چـۆن دروست كراوە.

لەگـەڵ زیـادبوونی ئـەو ڕاپۆرتانـەی كـە باسی ئەم تەنە نەناسراوانەیان دەكرد. زانا گــەردوون ناســەكان چــەندەها لــەو ڕاپۆرتانەیان لە پـەرتوكێكدا كۆكردەوە لە ژێر ناوی پرۆژەی (پەرتوكی شین) ژمارەی ئەو ڕاپۆرتانە كە لەم پەرتوكەدا كۆكرایەوەو تۆماكرا گەیشتە 1300 ڕاپۆرت. دوایی هەڵسان بە لێكۆڵینەوە و شیتەڵكردنی ئەو زانیاریانەی كـە لـە نـاو ئـەو ڕاپۆرتانـەدا هـەبوو، سـەركردەی ئـەم ئـەم پرۆژەیەش (ئەلن هینیك) بوو كە چەندەها زانای بەناوبانگی گەردوون ناسیو، سرووشت ناسیوو، كیمیا و فیزیا و فرینو زیندەوەر زانیو گەڵێ زانایانی دیكەی تێدا بوو لـە هەمە جۆرە پسـپۆڕیدا، هەرهـەموویان دووای لێكدانـەوەو پشـكنینوو لێكۆڵینـەوە و شـیتەڵكردن گەیشـتن بـەم ئەنجامانـەی لای خوارەوە:

1-نزیكـەی 90٪ی بینینـەكانی ئـەو تەبەقانـە بینینـی ڕووداوە سروشـتیەكان بـووە، وەكـوو كلكـەكانوو، هەسـارە گەڕۆكە بریقەدارەكان وەكوو (زوهرە). بۆ زانین: لـە یـەكێك لە ئاهەنگ گێڕانەكاندا لە وڵاتـە یـەكگرتووەكانی ئەمـریكا. كـە سەرۆكی ئەوڵاتـە (جیمی كارتەر) ئامادەی بوو بوو لـەناكاو هەسـارەی زوهـرە زۆربـە درەوشـاوەیی دەبینیـت وای بـیر لێدەكاتەوە كە تەبەقێكی فڕیوبێت، ڕاستەوخۆ فەرمان دەدات بـەمێزی ئاسمانی كـە بچـن بـە دوای ئـەو تەنـە ئاسمانیـە نەناسراوەدا، لە دواییدا بۆیان دەردەكەوێت كە تەبەقی فڕیو نییە بەڵكوو هەسارەی زووهرەیە. لە دواییدا پسپۆڕان بۆیان دەركـەوت زووربـەی ئـەو بینینانـە بریتیبـوون لـە دانـەوەی ڕووناكی خۆر وەیان دانەوەی ڕووناكی لەسەر ڕووی مانگ، و هـەندێكی دی بریتیبـوو لـە بینینـی ڕووداوە دەسـتكردەكان وەكوو بینینی باڵندەكان، فڕۆكەفیشكەدارەكان، و یان بۆمبی ڕووناكی تەقێنراو لەلایەن سەربازگەكانەوە كە دەمێنێتەوە بۆ ماوەیـەكی دیـاریكراو و بـەگوێرەی پێویسـت و ئـەو شـوێنە ڕووناك دەكاتەوە كە مەبەستیانە.

2-لـە 10٪ی ئەو بینینانـە زاناكـان نـەیان توانیـوە لێكـی بدەنەوە، وا دەزانرا كە فڕۆكـەی تایبـەت بـە نهێنیەكانـە كـە وڵاتە پێشكوتووەكان بەرەڵایان دەكەن بفڕن بە سەر وڵاتانی دیكەدا بۆ وەرگرتنـی زانیاری لـەو وڵاتانـە لـە بـارەی فڕۆكـە خانەكانوو، بنكە سەربازییەكانو شوێنە ستراتیجەكانیانەوە.

3-زووربـەی بینینەكان درووسـت كراویـوون ڕاسـت نـەبوون، بـۆ خۆبردنـە پێشـەوەو دەركردنی ناوبوون.

4-ڕۆژنامەنووســــەكانوو فلمــــە سـینەمایەكانیش، بـە جۆرێـك باسـی ئـەم تەبەقە فڕیوانە دەكەنوو پیشانی دەدەن، وەك ئەوە وایە ڕاست بێت، جا لەبەر ئەوە هەر كە تەنێكی ئاسمانی لەلایەن كەسێكەوە دەبینرا وای دەزانی كە تەبەقە فڕیوەكانە.

5-ئەو دوورییە بێشوومارەی كە لە نێوان ئەستێرەكاندا هەیە و كـە پێویسـتی بـە كـاتێكی ئێجگـار گـەورە هەیـە بـۆ بڕینی، ڕاستی ئەوە بە دووردەخاتەوە كە زیندەوەران بتوانن لە نێوان ئەستێرەكاندا هاتووچۆ بكەن، جا لەبەرئەوە زانستی فیزیا باوەڕی بەوە نییە كە ئەو تەبەقە فڕیوانە لـە بۆشاییەوە لە شوێنە دوورەكانی گەردوونەوە بۆمان هاتبێت.

لەگـەڵ ئەوەشـدا، بنكـەی تێڕوانینـە گەردوونییـە ڕادیۆییەكان لـە هـەموو وڵاتـە پێشكـەوتووەكانی سـەر زەویـدا شـەو ڕۆژ ئاراسـتەی ئاسمـان كـراون. بـە هیـوای ئـەوەی نیشـانەیەك وەرگـرن كـە لـە زیندەوەرێكـی ئـاقڵی زیرەكـی گەردوونەوە هاتبن. لەوانەیە لە پاشەڕۆژدا بۆمان دەركەوێت كە ئێمە بە تەنها نین لەناو ئەم گەردوونەدا بەڵكو كەسانی دیكەمان لەگەڵدا هەیە لە دەرەوەی زەوییەكەماندا.

سەرچاوە: الموسوعة الكونية الحديثة

عماد مجاهد/ الطبعة الاولى 2002

سیلولۆز

گرنگترین کەرەسەی خاوی سروشتی ڕووەکی

عەبدولڕەحمان عەبدوڵڵا حەمە صالح
پسپۆڕی کیمیا

گرنگی سیلولۆز:

ساڵانە سیلولۆز بە ملیۆنەها تەن لەلایەن ڕووەکەوە بەرهەم دێت.. ئەویش لە ڕێگەی کردارەکانی ڕۆشنەپێکهاتنەوە چونکە سیلولۆز ماددەی سەرەکی و بنەڕەتییە لە نێوان ئەو ماددانە کە ڕووەک دروستمان دەکات بە شێوەیەکی گشتی و پێکهاتەکانی سیلولۆز نزیکەی سێیەکی(3/1)ی کۆی ئەو ماددانە پێک دەهێنێت.. لەبەرئەوە سیلولۆز گرنگترین کەرەسەی خاوە لەسەر زەوی کە مرۆڤ بەکاری بهێنێت و سەرچاوەکەی ڕووەک بێت بەتایبەتیش لەم سەردەمە پێشکەوتووەدا..

سەرچاوەکانی لە ڕووی بازرگانییەوە:

گرنگترین سەرچاوەکانی سیلولۆز لە ڕووی بازرگانییەوە بریتییە لە قەدی دار وداوی لۆکەو قامیشی ناوچەی زەلکاوەکان و هەروەها پاشماوە کشتوکاڵییەکان وەک لاسکی گەنم و جۆو برنج و پاشماوەی ئەو قامیشی شە کرەی کە لە پیشەسازیی شەکر دەمێنێتەوە، شایەنی باسیشە کە داوی لۆکە پوختترین و دەوڵەمەندترین سەرچاوەی سیلولۆزە چونکە ڕێژەی سیلولۆز لە پێکهاتنیدا لە نێوان(88-96٪) دایە.

سیلولۆز و پیشەسازیی سەردەم:

بەهۆی زیاد بوونی ژمارەی دانیشتوان و پێشکەوتن و بەرفراوانبونی پیشەسازیی و تەکنۆلۆژیا شان بە شانی پێشکەوتنە هەمەلایەنەکانی ژیانی مرۆڤ و پێداویستییەکانی ژیانی ڕۆژانەی.. تێکڕاییەکانی بەکارهێنانی کەرەسەخاوە سروشتییە جۆراوجۆرەکان لە پیشەسازیی و بەرهەمهێناندا لەلایەن و بەرهەمهێنانەش پابەندی ئاستی پێشکەوتنی پیشەسازیی و شوێنی جوگرافی و ئاو وهەواو دەورووبەرەدا توانا ئابورییەکان ڕۆڵی گەورەی هەیە لەو بوارەدا یەکێکیش لەو کەرەسەخاوانە ماددەی سیلولۆزە.

قەدی دار سەرەکیترین و فراوانترین سەرچاوەی ماددەی سیلولۆزە کە لە سروشتدا بڵاوەو گرنگترینیانە لە ڕووی

پیشەسازییەوە چونکە خاسیەتی بەرهەمەکانی باشترە لە چاو بەرهەمی سەرچاوە سیلولۆزییەکانی دیکەدا. بەو شێوەیە تەختەی دار مادەی خاوە لە دروستکردنی هەویرە سیلولۆزییەکاندا لەبەکاردەهێنرێت بۆ بەرهەمهێنانی کاغەز بەهەموو جۆرەکانیەوە هەروەها ڕایۆن(ئاوریشمی دەستکرد) و داتاشراوە سیلولۆزییەکان وەك کاربۆکسی مەسیل سیلولۆز(C.M.C)، هایدرۆکسی ئەسیل سیلولۆز(H.E.C)، هایدرۆکسی پرۆپیل سیلولۆز(H.P.C) و خەڵاتی سیلولۆز(C.A)، داتاشراوە سیلولۆزییەکانیش دەچێتە چەندەها پیشەسازییەوە وەك پیشەسازیی نەوت و پیشەسازییە پەترۆکیمیاوییەکان و دەرمانسازیی و پیشەسازییە کیمیاوییەکانەوە وەك پیشەسازیی بۆیاخ و پاکژکەرەوەکان.[1]

پێکهاتنی کیمیایی سیلولۆز:

سیلولۆز یەکێکەلەو فرەشەکرانەی(Polysaccharides) کەکێشی گەردیی بەرزیان هەیە و بە شی زۆری کاربۆهیدرەیت لە سروشتدا پێك دەهێنن[2]،[3]

گەردی فرە شەکرەکانیش جیاوازن لە یەکتری بە جۆری ئەو تاکە شەکرانەی کە لێیان پێك دێن هەروەها بە درێژیی زنجیرەکانیان و سروشتی لق لێبوونەوەی ئەو زنجیرانە، بێجگە لە سیلولۆز گرنگترین فرە شەکرەکانی دیکە وەك: نیشاستە(Starch)، گلایکۆجین(Glycegen)، دیکسترینس(Dextrins)و هەروەها فرە شەکرە لینجەکان وەك ترشی هیالۆرۆنیك(Hyaluronic) و هیپارین(Heparin).

سیلولۆز پێك دێت لە زنجیرەیەکی ڕاست لە یەکە پێکهێنەرەکانی گلوکۆز کە بەهۆی بەندی کیمیایی گلایکۆسیدی(β-1-4)پێکەوە بەستراون و درێژیی ئەو

---

[1] بێجگە لەو پیشەسازییانەی کە باسکران و سیلولۆز کەرەسەی خاوی سەرەکییانە.. مرۆڤ ڕۆژ لە دوای ڕۆژ دار ودرەختی دارستانەکان دەبڕێتەوە و لەپیشەسازیی دارتاشی و ئامادەکردنی گەلێك جۆری کەل وپەل و پێداویستییەکانی ژیانی ڕۆژانەیدا بەکاریدەهێنێت.. بە گوێرەی سەرچاوەکان بڕوژمارەی ئەو دارانەی پەنجا(50)ساڵی لەمەوبەردا لە دارستانەکانی دنیادا بڕراونەتەوە هێندەی بڕوژمارەی ئەو دارانەیە کە لە ماوەی دەهەزار ساڵ لەوەپێشدا بڕراونەتەوە بەکاربراون.. ! بێگومان ئەمەش ئەو سەرچاوە سروشتی یە گرنگە تووشی لە ناوچوون و تەواوبوون دەکات لە داهاتوودا و هاوسەنگی ژینگەو دەورووبەریش تێك دەدات ئەگەربێت و ڕێوشوێنی گونجاو دانەنرێت لەو بوارە داو پەرەبەپرۆژەکانی دارستان نەدرێت.

[2] بەشەکەی دیکەی کاربۆهیدرەیت یان بەشێوەی تاکە شەکرە(Monosaacharides) کە بریتییە لە داتاشراوی ئەلکهولی فرەهایدرۆکسیل وەك شەکری گلوکۆز کە شەکری خوێن و شلەی ناو خانەیەو خانە وەك سەرچاوەیەکی وزە بەکاری دەهێنێت، یان بەشێوەی شەکری کەم ژمارەیە کە ژمارەی یەکە پێکهێنەرەکانی شەکری تاك تیایاندا لە(10-2)یەکەیەو بەو پێیەش پێیان دەگوترێت دوانی یان سیانی یان چواری و هەروەها... وەبەیەکەوە بەستراون بەهۆی بەندی گلایکۆسیدییەوە بۆ نموونە وەك شەکری سوکەرۆز(Sucarase) کە لە هەموو ڕووەکێکدا هەیە و بەزۆریش لە چەوەندەر و قامیشی شەکرداو لە دوویەکەی گلوکۆز و فرکتۆز پێك دێت.

[3] کاربۆهیدراتیش وەك یەکێك لە چوارجۆرە سەرەکییەکەی گەردە ژیانییە گەورەکان کە نزیکەی(10٪)ی ماددەئەندامییە پێکهێنەرەکانی خانەی زیندووپێك دەهێنێت و نزیکەی(50)شێوە وجۆری ئاوێتەکانی لە خانەی زیندوودا هەیە گرنگییەکی فیسیۆلۆجی هەیە چونکە سەرچاوەی وزەیە بۆخانەو هەروەها وەك مادەی پێویستی تایبەت بەخانە بۆ ئیشکردن و گەشەکردنی.

زنجیرانەش لە نێوان(2.5–5.0) مایکرۆندایە و بەگوێرەی ئەو درێژییە گەورەیەش لەچاوخۆیدا دەتوانرێت بە مایکرۆسکۆپی ئاسایی ببینرێت.[4]

یەکەی ئەو شەکرە دوانییەی کە لەپێکهاتنی سیلولۆزدا دووبارە دەبێتەوە پێی دەگوترێت(سیلوبیۆز).. سیلوبیۆز لە مالتۆز دەچێت بەشێوەیەك پێك دێت لە دوویەکی گلوکۆز بەلام لێرەدا هەردووکیان بێتا(β)ن وپێکەوە دەبەسترێن بەهۆی بەندی گلایکۆسیدی4–1–β، ناوی کیمیایی(سیلوبیۆز)یش بریتییە لە : β-D- Glucopyranocyl-(1-4)- β-D- Glucopyranoside شایەنی باسیشە سیلولۆز وەك ماددەیەکی کیمیایی بەرە ناسراوەکە جیگیرە و بەرەنگاری ترشی نیتریك(HNO_3) و هایدرۆکسیدی سۆدیۆم(NaoH) و زۆربەی تفت و توێنەرەوەکان دەکات بەلام لەگەڵ ئەوەشدا دەتوانرێت بتوێنرێتەوە و تێکبشکێنرێت لە هەندێك ماددە و توێنەرەوەی دیکەدا.(4)

سوود لەم سەرچاوانە وەرگیراوە:

1. تباين ابعاد الالياف

الشرح و التركيب الكيمياوى لخشب البلوط النامي طبيعياً في منطقة"سوارمتوكه" في شمال العرق. يونس حسين سليمان السبعاوي

رسالة ماجستير/ كلية الزراعة و الغابات/ جامعة الموصل1979

2. مباديء الكيمياء الصناعية

تاليف/ كريس كلارسن جاى مانسون

ترجمة/ الدكتور عزيز احمد امين، جامعة البصرة 1985

3. الكيمياء الحياتية، الدكتور سامي عبد المهدى المظفر

[4] جۆرێکی تایبەتی لە بەکتریا هەیە کە ئەنزیمی سیلولەیز(Cellulase)ی هەیە کە بەندە کیمیاییە گلایکۆسیدییەکان(β-1-4) لەت دەکات و بەوشێوەیە ئەو ئاژەڵانەی ئەو جۆرە بەکتریایە لە کۆئەندامی هەرسیاندا هەیە دەتوانن سیلولۆز هەرس بکەن.

میکانیزمێکی نوێ بۆ پێشبینی کردن

زاناکان میکانیزمێکی نوێیان پەرەپێدا بە هۆیەوە پێشبینی کردنی ڕوودانی گەردلو بەهێزتر بوو. زاناکان پێش ئەوەی ئەوە بزانن گەردەلولەکان کاتێك بە ئۆقیانوسەکاندا تێپەڕ دەبن، هەروەها لەگەڵ بەرز بوونەوەی پلەی گەرمیدا، بەهێزتردەبن، ڕەچاوی ئەو فاکتەرانەیان نەدەکرد لەکاتی لێکدانەوەی هۆکاری بەهێزی گەردەلولەکان، بەلام ئێستاکە زاناکان لەو باوەڕەدان ئاوی گەرم وزەی سەرەکی بەگێژەڵۆکە بەهێزەکان دەبەخشێت کە دوو هێندی جاران لە ئاستی ڕووی دەریا بەرز بێتەوە. زانا جوستافوجۆنی و هاوڕێکانی توانییان پەرە بە ئامرازێك بدەن کە ڕەوگەی ناوەندەی پلەکانی گەرمی لەناوچە ئاوییەکاندا دەگرت واتا ئەو ناوچانە کە گەردەلولەکان پیایدا تێپەڕ دەبوون ئەم ئامرازە لە توانایدایە پێشبینی گەردەلولەکە زۆر بەهێزەکان بکات، هەروەك لە گەردەلولەکەی میچ لە ساڵی 1998دا ڕوویدا و بەلایەنی کەمەوە 9000 کەسی لە ئەمەریکای ناوەڕاست کوشت، لە کاتی تێپەڕبوونیدا هێزێکی زیاتری پێ بەخشی و لە پلەی سێیەمەوە بۆ پلەی پێنجەمی گواستەوە. زانای ڕەوگەزانی کەش میشیل میانیلی دەڵێت:

ئەم ئامێرە نوێیە ئێستاکە لەگەڵ ئەو نمونانەدا بەکاردێت کە پێشبینییەکانی ئاوو هەوای پێدەکرێت ساڵانێکە زاناکان درکییان بەوەکردووە کە گەردەلولەکان بەلایەنی کەمەوە پێویستیان بە پلەیەکی گەرمی هەیە کە لە 78.8 پلەی فەهرەنهایتی زیاتربێت، بەلام لەم دوایەدا ئاشکرایانکرد ئاستی پلەی گەرمی کاریگەر لەسەر هێزی گێژەڵۆکەکان لەوانەیە بگاتە 87.8 فەرەنهایتی لە کەمترین پلەیدا. کە دەبێتە هۆی ڕوودانی گۆڕان لە هێزی گەردەلولەکان و ژیانی مرۆڤ و سەر و سامانیان دەخاتە مەترسییەوە.

هەڵاڵە

ڕوداوێکی گەورە

لە نەوجەوانیدا فێردەبین و لە پیریتیدا تێ دەگەین

نوسینی: ماری ئشتاین باخ
وەرگێڕانی: ئەمیرە محەمەد

جیهانی ئەمڕۆ پڕە لەوزەکان، وزەی تازە لەدایک بووی ژنان، ئەو لە هەموو کۆمەڵگەیەکدا دەبینرێت. ئەو کسارو بازرگانی دەکات، ئەو منداڵان پەروەردە دەکات و پیاوان هانی کار و جوڵە دەدات ، ئەو ئێمە لە ناخەوە دەناسێت، ئەو بێ باوەڕ نیە. ئەو وەزیفەی خۆی لەسەر زەمین دەزانێت و لەگەڵ زاتی ئیلاهی‌دا بانگەشەی بۆ دەکات.

کاتێك کە ئامانجی ژنبوون هەوڵ بێت بۆ هەستانەوە، بێ گومان کۆسپی زۆری دەخرێتە بەرێ، بەڵام ئەمە یەك وەرچەرخانی مێژوویی‌یە لە دەسەڵات و نفوزی پیاوان لەسەر ژنان و یەك گۆڕانکارییە لە هوشیاری مرۆڤایەتی و دۆزینەوەی ئاراستە بەرەو پەیوەندی هاوسەنگ لە نێوان ژنان و پیاوان دا

بەرەنگاربونەوە لە بەرامبەر ئەم گۆڕانەدا زۆر لەوە توند ترە کە ئێمە بیری لێدەکەینەوە، بەڵام پێویستە بزانین کە بێ تواناکردنی وزەی ژن کارێکی توندو تیژانە و وێرانکەرانەیە لە وەزیفە، پێشەو سەرکەوتنی ژنان لە جیهانی ئەمڕۆدا بەدرێژایی ڕۆژگار چەندین جار ژن بوونیان بەشێوازی جۆراو جۆر هەستیاری فیزیکی، دەروونی، سیاسی و کۆمەڵایەتی .. تاد. ئازا کردووە. ئێمە شایەتی کۆشش و وێنەکردنی لە دایك بوونەوەی ژنی ئەمڕۆ داستانی ژیانی لەم جۆرە تێڕوانینەین ئەم دروست بوونە کاریگەرێتییەکی گەورەی لەسەر دایکان و باوکان، ڕاهێنەران، هاوسەران، منداڵان، هاوڕێیان، کاروپیشە و دواتر کۆمەڵگە کەلتوری گشتی، دەبێت. ئەمە ڕوداوێکی حەتمی‌یە، ئێمە پێویستە وشیاربین، ئەگەر غافڵ بین لە جوڵەی ئەو وزانەی کە لە دەوروبەرماندان، ئەوا دەردو مەینەتی ناهوشیارییەکەمان دەکەوێتە سەرشان. ئێمە پێویستە هەر ئێستە وریایانە و هوشیارانە ڕێ نوێنی گەورەترین ڕوودار بین لە مێژووی مرۆڤایەتی‌دا.

ئێمە توانای ئەوەمان هەیە کە هەردوو وزەی ژنان و پیاوان پێکەوە ببەستین. ئەم کۆوزەیە لە هەموو ئەو وزانەی کە تاکو ئێستا لەسەر زەمین تەجروبەمان کردون زۆر بە هێز ترە، زۆر جوانتر و پڕ بەهاترە و زیاتر لەوەی کە تاکو ئێستا ناسراوە.

ئەم مەسەلەیە لە ڕێگەی ژنانی گەورە ترەوە کە لە ناو کاروپیشە و لە ڕێگەی سستەمە پیاو سالارییەکانەوە قەتڵ و عام کراون دەست پێ ناکات، بۆ گۆڕینی ئەو سستەمە کۆمەڵایەتییەی کە ژنانی تێدا چەوسێنراوەتەوە پێویستە لەو جێگەیەوە دەست پێ بکەین کە هەموو شتێك لەوێوە دەست پێ دەکات. زەمانێکی زۆر لەوەو بەر کە ئێمە خۆمان زۆر گەنج بوین.

ئێمە پێویستە بێدار بینەوە و گەشەبکەین و بۆ ئەم کارەکان باوەڕە مەنفیییەکانی خۆمان کەساڵەهای ساڵە لەگەڵ خۆمان دا هەڵمان گرتوون، کە ئاریان خەین و فێربین تا داوای کڵپەی دەروون بکەین کە چەندین ساڵ بە خامۆشی پاراستومانە. هەرچەندە لەوانەیە کە ئەم ڕێگەیە زۆر دژوار بێت. بەڵام خوارەندی دەروونی ئێمە ڕێ نوێنی دەکات، گیانەکانی ئێمە نەمردوون.

ئەم وزە سروشتی‌یە لە دەروونمان دا ئامادەیی و هەمیشە مایەی دۆزینەوەی و بەبێ ئەوەی گرنگی بەوە بدەین کە دایکمان چی کرد. باوکمان ئێمەی خۆشویست یان خۆشی نەویستین و یان ئەوەی لە ژیان دا سەرکەوتوین یان هەست بە شکست دەکەین، پێویستە بزانین کە خوارەندی ناخ ئامادەیی هەیە. ئەم خوارەندە پاکیزەیە لە ناخی هەر ژنێك داشاراوەیە و من ئەو ناودەنێم (کچی ون بوو) ئەمە وابووە بۆ ژنێك کە هاواری کردووە و کۆششی کردووە تا (کچی ونبوو)ی دەروونی بدۆزێتەوە ئەوکچەی کە ڕێگەی پێ نەدرابوو گەشە و شکۆفە بکات کچێك کە کاتی باڵق بوون ئارەزووە سروشتییەکانیان پەردەپۆش کرد. کچێك کە کەسبوونی ئەو پڕبوو لە ترس، ترس لە بە (ژن بوون).

ئێمە بۆ چەندین ساڵ ژیاین، بەلام یەك ژیانی ستەمدیدە و لە تەنافە واقییەکەی خۆمیانیان پچڕاندین، چونکە ئێمە یان بەرامبەر بە دامێنانەکانی خۆمان بێ هەست کردبوو، هیچ کەس بۆ دەرەوشاندنەوەکان تەنها کەلێنێکی پچوکیشیان بۆ نەهێشتینەوە. وەك کچی گەنج زۆر بەد بینانە ڕەفتاریان لەگەڵ کردین، ڕێك لە کاتێکدا کە دەبوایە لە بری ئێمەیان ئافەرین بکردایە و دەست خۆشیان لێ بکردنیایە، ئێمە هێشتا نازانین چۆن ژنێك بین، چونکە فێریان نەکردووین تەنانەت چۆن کچێك بین، گرنگترین بیرۆکەکانی ئێمە لە شێوە سروشتییەکەی دەرچووبوو، ئێمە یان گۆڕیبوو بە تۆپەڵێکی لە قاڵب دراو.

بەم دواییە چاوم بەژنێکی تەمەن بیست ساڵان کەوت ژنێکی زۆر نیگەران بوو، پرسیم بۆچی هێندە غەمگینە؟ ئەو وەڵامی دایەوە، باوکم تێم ناگات و دەرکم ناکات. ئەو تەنانەت ڕێگەشم پێ نادات بۆ خوێندن بچمە شارێکی دی وتی: کە هەوڵ دەدات تارێگەی خۆی بەرەو دنیا بدۆزێتەوە، بەڵام تا ئێستا لە هەوڵەکانیاندا سەرکەوتوو نەبوو. شەرمی دەکردو وای دەزانی کە کەس ئەوی قبوڵ نیە، پێم وت: کە لەم زەمانەیەدا ئەمە کارێکی سروشتی بەڵام زەمانێك دادێت کە کچی گەنج بە گەشەکردویی و وشیارییەوە دەبێت بەژن.

دواجار لە باوکیەوە ئەو پارەیەی بە دەست گەیشت کە پێویستی پی‌ی بوو، بەلام ئەوەی کە ئەو پشتیوانی دەخواست لە باوك نەبوو، پاراستن و دڵنیاییەك کە چاوەڕێی دەکرد دەبوایە لە دەروونی خۆی‌دا بگەڕایەبەدوای‌دا، پێم وت، کار و پیشە کەسێتیمان بۆ دروست ناکات، بەڵکو کارو پیشەمان لە ڕێگەی خۆمانەوە گەشە و شکۆفە دەکات، ئێمە پێویستە خۆمان بزوێنەری جلوەی شکۆمەندی خۆمان بین، تا ئەو شکۆمەندییە لە کاروپیشەماندا ڕەنگ بداتەوە، ئێمە پێویستە هەوڵی گەشەکردن بدەین. ئەم گەشە کردنە لە ڕێگەی پەیوەندییەکان خەڵکی و پێگەکان لە کات و شوێنی تایبەت دا ئەمان پارێزێت.

ژنێکی گەنج پێویستە بتوانێت تێبکۆشێت لە خێزان، لە پرۆتۆکۆلە زۆر و زەوەندەکانی دنیا وە لە نەوجەوانی بەرەو دەستە پڕ لە میهر و بەرەکەتەکانی کردگار بفڕێت، ئەوکاتە پەرێشـانی و دەردو مەینـەتی دەتوانێـت بگۆڕێـت بـۆ چارەنوسێکی نوێ و ڕوداوێکی شکۆمەند. کاتێك کە من خۆم لـەم تەمەنـەدا بـوون بـۆ پیـاوێکی زۆر بـەتوانا کـارم دەکـرد. کـاتێك کـە پێـی ئاشنابووم/ بـیم پەرتـەوازە بـوو، هەسـتم دەکردوەك شنەی شەماڵێکی هەڵکردوو وام بەسەر بینایەکی نیوەکارەوە زۆرشـتم دەزانـی بـەڵام توانـای ڕوونکردنـەوە و دەربڕینیانم نەبوو. دەمزانی سەرۆکەکەم ناتوانێت من پەسەند بکات و وەك ئەوەی خۆم هەم لێم تێ بگات. بەڵام ئومێدەوار بووم ڕۆژێك ژیانم بگۆڕێت و باش بێت و بێ گومان ئەو ڕۆژە زۆر سەرسام دەبێت ئەو لەو باوەڕەدابوو کـە هـەموو شـتێك دەتوانرێت پێوانەبکرێت.

بۆهـەزاران سـاڵ ڕێگـەیان لـە ژن و ون کـردو هیـچ دەروازەیەکی بەخێری لێ نەکرایەوە. ئێمەی سەرتاپا نیگەران خۆمـان دەسـتمانکرد بـە سـەرکەوتن. کـاتێك کـەژنبونی راستەقینە دەرکـەوێت، بێگومـان کچـانیش زیـاتر هوشـیار دەبنەوە، کاتێك کە سستمێك لە ڕێگەی کەسانی چاکە خواز و کاریگەرەوە دەرکـەوێت ئێمـە بـەرەو ڕۆشـنبیرییەکی نـوێ و جیـاواز دەفرین. ئـەمڕۆ کچانی گـەنجی زۆر هـەن کـە پەژارەکـەیان لـە سـەرو ڕادەیەکەوەیە کە دایکان و باوکان و هاوڕێیانیان ئەوانەن کە بە سروشتی تێدەگەن. بەڵام لە هەمان کاتدا لەگەڵ هـەموو ئـەو نیگەرانیییـەیان دا ڕێبواری ئـەو ڕێگەیەن تـا بگـەن بـە وشیاری و کامڵ بـون. بـەردەوام بە لەسەر ڕۆیشتن و بەرەنگاریی بکە، بـە پشـتی خـوا، ئێمـە دەگۆڕێـن وسەرلەنوێ دەست پێدەکەین. ئەمە هـەمان موعجیزەیە کـە لـە منداڵێتـیدا هەسـتمان دەکـرد کـە دەبێت لە قەڵا ئەفسوناوییەکانی خۆماندا شادمانانە بژین.

بهێڵە بگەڕێین بەدوای ئەوەی واقعییە و حەقیقەتی هەیە. بـاش بـین لەگـەڵ ژنبونـی خـۆمـان و داوای خـێر و بەرەکـەت بکەین بۆ خۆمان و خەڵکی. خوازیاری ئەوەین کە ژن بونمان، کۆمەڵگەکـەمان، خێزانـەکانمان و هاوڕێکانمـان بەرەکـەت بـدات. بەرەکـەتێك کـە خـۆمان لـە خـوای خۆمانـەوە وەرمـان گرتووە. ئێمە پێیوستە بگەڕێین بە دوای وشیاری و ڕێنوێن دا. تـا ووزە مرۆڤایەتیەکـەی خۆمـان بگەیەنینـە ئاسـتی دەرکـەوتن و بگـەین بـە بـاڵاترین ئاسـتی توانـای خۆمـان. تێڕوانینمان بەرەو خواوەند ئەو ئێمە ڕێنوێ ی دەکـات تـا شادمانی بناسـین شـادمانی ئامـانج و سەرنوێشتی ئێمەیە. ئەگەر شادی نەبێت ئێمە لە تاریکیدا نقرۆ دەبین. کاتێك کە لە دڵەوە شادبین و چرای حیکەمەتمان دەستکەوێت. دنیا لە ژنانی شاد و شادی هێنـەر دەترسێت، بـەڵام بۆسـەرکەوتن و دەستەبەرکردنی پێگەیەکی باڵا مەوەستە، هەرنەبێت یەکێك بە لەژنان، کاتێك کە ڕێگەمان بە خۆمان دا تا لایەنە باشەکانی ژیـان دیاریبکـەین، شـادمانی لـە خۆیـەوە دەردەکـەوێت. شـادمانی شـتێك نیـە کـە بـەپێی خواسـتەکانمان ئاشـکرابێت. .ئەمڕۆکـە شـادمانی دیارییەکـە، بەرەکەتێکـە، کاتێك کە بەرەکـەت نەبێت ئەو دیارییـەش نـابێت. لەوانەیـە بتوانین ڕاڤەی شـادمانی بکـەین، لەوانەیە ئێمـە بتوانین بڕیـار بدەین کە شادو شادی هێمن بین پێـش ئـەوەی چـاوەڕوانی وەرگرتنـی بـین. شـادمانی لـە ئـامێزگرتن نیگەرانیـەکانمان دەرەوێنێتەوە و ئەوکاتە ئێمە دەبینە کەسانێك کە مانای شادمانی فێری منداڵەکانمان بکەین.

ئێمـە پێویستە باوەڕمـان هـەبێت و بـەتاك و بـە کۆمـەڵ بـەردەوام بـین و بیسەلمێنین کە وزەی ژن نەك تەنـها لـە چل ساڵیدا ناوەستێت، بـەڵکو زیاتر گەشە دەکات. زۆرێك لە وڵاتە پێشکەوتووەکان، دان بەوەدا دەنێن کـە وزەی ژن لـە چـل سـاڵیدا شکومەندتر دەبێت، بەڵام لە هەندێك لە کۆمەڵگەکان دا هێشتا بێزاری لـە تەمـەنی ژن مەسەلەیەکی سـەپێنراوە. هـەموو ئێمـە لـە نەوجـەوانیدا جلوەیـەکی تایبـەتمان هـەبوو، بـەڵام لـەو قۆناغـەدا هیـچ زانیارییـەکمان نـەبوو لـە سـەرئەوەی کـە چ شـتێك دەبێتـە هـۆی

درەوشاندنەوەمان هەندێك لە ژنانی ئەمڕۆ دەزانن و زانیارییان هەیە. ئەوانە زۆر زیاتر لە ئێمە دەزانن. بەڵام ژنانی گەورەتر و هاوتەمەنی ئێمە ئەمڕۆش هەر نازانن چۆن شکۆمەندبن. بەلای منەوە گەیشتن بە تەمەنی چل ساڵی لەلای زۆرێك لە ژنان وەك حەلکردنی مەتەڵ وایە.

ئەوەی کە ژنانی بەمەرمەند دەیانەوێت، گێڕانەوەی شادمانی و چالاکی ئەوجەوانیە بە ئیزافەکردنی و زیادکردنی قوڵ بونەوە و جوانی ئەو ئەزمون و زانیاریانەی کە بە درێژایی تەمەن دەستیان کەوتووە. لە ساڵانی ڕابوردودا ئێمە زۆر بە سەبر و ئارام بووین و بەرگەی دەردو مەینەتی زۆرمان گرتووە. هەرچەندێك ئێمە بەساڵابچین زیاتر دەدرەوشێینەوە. بەڵام ئەم جوڵەیە پێویستی بە کۆشش هەیە. چونکە ئەمە پێچەوانەی ئاراستەی ژیانی ئەمڕۆیە.

ئێمە پێویستە هەوڵی دروست کردنی وێنەیەکی میهرەبان و کەشەسەندو بدەین لە ساڵ و بەساڵاچوون. ڕێگەبدە لە ژیانی ژنێك وردبینەوە هاوکات لەگەڵ بەساڵاچونیدا، پیر بوون کەمێتی نیە، لە ڕاستیدا دەتوانێت زۆر شکۆمەند بێت. لە قۆناغەکانی بیست ساڵی و سی ساڵیدا ئێمە زۆر بیر لە خەڵکی دەکەینەوە و تەنانەت ئەگەر بە خۆشمان نەزانین ئەم فکرە لە بونمان دا هەیە. ئەم دوو دەیەیە زەمانێکە کە ئێمە خۆمان فریو دەدەین تا بۆ خەڵکی بژین لە چل ساڵیدا لەڕای خەڵکی تێ دەگەین کە ئایا خۆشییان دەوێت یان گرنگیمان پێ نادەن، لەم تەمەنەدا ئێمە زۆر گوێ بەوە نادەین کە خەڵکی چی دەکەن و خەڵکیش نابێت کاری بەسەر شێوازی بیرکردنەوە خواستەکانی ئێمەوە هەبێت.

ئێمە نابێت بێ ئومێد بمێنینەوە. بی ئومێدی پیرترمان دەکات و پیریتیش ئەمان ترسێنێت. هەروەکو چۆن گەشە و باڵق بون و بەرپرسێتی دەیانترساندین. تەمەنی سی ساڵی زەمانێکە کە پێویستە گەشە و پێشکەوتن بەجدی بگرین. پێویستە بەرپرسیارێتی کۆمەڵگە و خێزان لە ئەستۆ بگرین تەمەنی چل ساڵی زەمانێکە کە ئێمە گەیشتوینەتە زیاترین ڕادەی توانای خۆمان و دەتوانین شاکارە لێهاتوویەکانی خۆمان پێشکەش بکەین، لە تەمەنی پەنجا ساڵیدا ئێمە توانای درەوشاندنەوەمان هەیە و لەشەست و حەفتا ساڵیدا جگە لە درەوشاندنەوە ئێمە دەتوانین دەست بکەین بە فێرکردنی خەڵکی و ئەوانەی کە بەدوای ئێمەدا هاتوون هەرچی کە ئێمەیان گەیاندۆتە ئێرە و ئێستا فێریان کەین.

ئەم جەستەیە ئەمانەتێکی خواوەندە لای تۆ. یۆگاو وەرزشی هاوشێوە ئەنجام بدە کە پێویستیان بە ورد بوونەوە هەیە لەسەر جەستە و دەروون. بۆ بەدەست هێنانی شادمانی چاوت لە دەستی هاوسەرەکەت، منداڵەکانت، هاوڕێکانت، کارەکەت، سەرمایەکەت و چارەسەرسازەکەت نەبێت تا تۆ شادمان و خۆشحاڵ کەن، ئەم شادمانییە لە سنوری دەسەڵاتی ئەوان دایە. تەماشای دەروونی خۆت بکە و بەرپرسێتی زەینی خۆت لە ئەستۆ بگرە.

زۆربەی ژنان توانایەکی زۆریان هەیە بۆ داڕشتنی بەرنامەی مەنفی. هەمیشە بە خۆیان دەڵێن ناشرینین، جەستەو ڕواڵەتمان جوان نیە، پەیوەندیمان و کارو پیشەمان باش نین، کۆمەڵ خراپن ڕەفتاری خەڵکیش خراپتر، زۆربەی جار ئێمە تەنها ڕەخنە دەگرین. تا زەینمان بەرەو لاڕێ بەرین. هەرکات کە بەم چەشنە ڕەفتارمانکرد ژیانی خۆمان خراپتر کردووە. ڕێز لە هیچ جۆرە شتێکی مەنفی مەگرە. هەرکاتێك قسەیەکی خراپمان کرد یەك نەخشەی دەروونی خراپمان خستۆتە ڕوو. هەرچۆنێك بیر بکەینەوە بە هەمان شێوە دەبین.

زۆرێك لە ئێمە ژیانێکی جەنجاڵ بۆ خۆی دروستکردووە. جۆرە ژیانێك کە تیایدا هۆرمۆنی ئەدرینالین هەمیشە لە حاڵەتی دەردان دایە. ئەمە پیلانی زەینێکی مەنفییە کە لە میەرێك بەدەورماندا دروست دەکات تا لە ئەزمونی یەك ژیانی پڕمانا بێبەش بین.

بەم ڕێگەیە ئێمە وزەیەکی زۆر لەدەست دەدەین. ژیانی مەعنەوی ژیانی دەروونمانە و بەبێ پەیوەندیکردن لەگەڵ خواوەندا نەك تەنها ژنان بەڵکو هەموو ئینسانەکان ون دەبن.

ئێمە پێویستە ڕێك بکەوین و بڕیار بدەین یەکتری ئازار نەدەین. پارێزگاری منداڵەکانمان بکەین و سەر زەمین لە پێسی پاك بکەینەوە.

ژن، بۆ ئەوە خولقێنراوە تا دڵی دنیا لە دەستەکانی خۆی دا بپارێزێت.

هەروەکو چۆن منداڵان بە یاری گەشە دەکەن و لە کاتی یاریدا خۆیان بە خەڵکی بە تەمەن دادەنێن ئێمەش پێویستە خۆمان لەوە بەگەورەتر دابنێین کە ئێستا هەین. ئەگەر ئێوە درەوشاندنەوەتان نیە، ئەگەر توانا و دەسەڵاتت نیە، ئەگەر دەست کورتی و خاوەنی سەرمایە نیت، ئەگەر تۆیسی تواناکانت سنوردارە. پێویست بەوە ناکات شەرمەزار بیت و داوای لێبوردن بکەیت. ئەوە پێشکەش بکە کە لە تواناتدایە. یادت نەچێت کە سەرکەوتنی تۆ هەرچەندە کەم بێت، توانا.. شادمانی و بەخشندەیی دنیا زیادە دەکات.

خۆت بەکەم مەگرە. چونکە خۆ بەکەم زانین نەك هەر یارمەتی کەس نادات، بەڵکو بۆ هەموو سەرزەمین زیان بەخشە.

بگەڕێرەوە بۆ خانەو کاشانەی ئەسڵی خۆت.

شیزۆفرینیا کەرتبوونی کەسایەتی نییە بەڵکو دابڕانە لە واقیع

نوسینی: عەتای مەلا کەریم
لەندەن

شیزۆفرینیا Schizophreni یەکێکە لە نەخۆشییە عەقڵییە هەرە ئاڵۆزو گرانەکان کە هەتا ئێستا ناسرابێت. دەستنیشانکردنی ئەو نەخۆشییە زۆر گرانەو دیاریکردنی هۆکانی توشبوونیشی زۆر لەوە گرانترە.

زانایان و بیرمەندان چەندەها بۆچوون و هۆکاریان دیاریکردووە بۆ تووشبوون بەم نەخۆشییە، ئەم بیرۆکەو بۆچوونانەش بەدرێژایی مێژوو بەشێوەیەکی بنچینەیی گۆڕانکارییان بەسەردا هاتووە. شیزۆفرینیا چییەو بۆچی تووشی خەڵک دەبێت؟ ئایا یەک هۆکاری هەیە یان زنجیرەیەک هۆ؟ ئایا هۆکارەکانی تووشبوون بەشیزۆفرینیا بۆماوەییە، بایۆکیمیاییە، هەڵسوکەوتییە یان دەروونیە؟

شیزۆفرینیا نەخۆشییەکی سەختی مێشکە، 1٪ی خەڵک تووشی ئەم نەخۆشییە[1] دەبن بەرێژەیەکی وەک یەک بۆ ژن و پیاو. ئەم نەخۆشییە زیاتر تووشی هەژاران دەبێت تا دەوڵەمەندەکان. زانایان و پزیشکەکان بۆ ماوەیەکی دوورودرێژ لەو باوەڕەدا بوون کە شیزۆفرینیا کەرتبوونی کەسایەتییە، تەنانەت ناوەکەی بەزمانی عەرەبی بە(فیام العقل) ناسراوە کە ڕێک کەرتبوونی کەسایەتی دەگەیەنێت. بەڵام ئەمڕۆکە زانایان بۆیان دەرکەوتووە کە لە باتی کەرتبوونی کەسایەتی کەرتبوونە لە جیهانی واقعی و بەم جۆرە دەتوانین بڵێین دابڕانە لە واقیع. ئەم نەخۆشییە نەخۆشییەکی درێژخایەنەو زۆر زەحمەتە بەتەواوی چارەسەر بکرێت، بەڵام لە ڕۆژگاری ئەمڕۆدا دەتوانرێت بەهۆی دەرمانەوە کۆنترۆڵ بکرێت بەسەریدا. لە بەرئەوەی کە هۆکارێکی دیاریکراو لە گۆڕێدا نەبووەو شیزۆفرینیا، بەدرێژایی مێژوو چەندەها بیروبۆچوون و لێکدانەوە پێشنیارکراوە بۆ هۆکانی

شیزۆفرینیا. ئەم بیروبۆچوونانە بەئەفسانەو جادوو دەستیانپێکردووەو گەیشتۆتە توێژینەوەو لێکۆڵینەوەی مەیدانیو تاقیگەییو تا ئێستاش بەردەوامە لەگەڵ پێشکەوتووترین تەکنۆلۆژیای سەدەی بیستویەکەمدا.

ئەگەرچی شیزۆفرینیا هەتا ئێستاش لێڵو تەمومژاویە، بەڵام نەخۆشییەکی نوێ نییە، نیشانەگەلێکی تایبەت بە شیزۆفرینیا لە سەردەمە هەرە کۆنەکانەوە دەستنیشانکراون. بۆچوونێکی باو ئەوە بووە کە هەڵسوکەوتە نامۆکان بەهۆی دەستوەشاندنی جنۆکە یان شەیتانەوە دێنە ناو لەشی مرۆڤو لە هەندێک کەلتووردا وتویانە خوا غەزەبی لێگرتووە لە بەرئەوەی خەڵک خۆیان خراپن!

ئەو نەخۆشانەی کە تووشی شیزۆفرینیا بوون دوو جۆر نیشانەیان تێدا دەردەکەوێت: نیشانە پۆزەتیفەکانو نیشانە نێگەتیفەکان. نیشانە پۆزەتیفەکان وەك وڕێنەو ڕێشکەو پەشێوی لە بیرکردنەوەداو نیشانە نێگەتیفەکانیش وەك بێتاقەتیو کەمتواناییو نەتوانینی دەربڕینی هەستونەستو گۆشگیریو قورقەپیو قسەنەکردن، بەتایبەتی لە قۆناغە هەرە خراپەکانیدا.

لەگەڵ هەموو ئەمانەشدا زۆر زەحمەتە یەکسەر بتوانیت نەخۆشی شیزۆفرینیا دەستنیشان بکەیت چونکە ئەو نەخۆشییە خۆی لە خۆیدا بەهێواشی تەشەنە دەکاتو کەسایەتی نەخۆشەکە لەگەڵ تەشەنەکردنی نەخۆشییەکەدا ورده ورده گۆڕانی بەسەردا دێت. زۆر جار نەخۆشەکە بەتەواوی ئاساییە، بۆیە زەحمەتە لەو بارەدا هیچ نەخۆشییەك دەستنیشان بکەیت هەندێك جاریش کە نەخۆشییەکە بەتەواوی زاڵ دەبێت بەسەریداو کەسایەتی ڕاستەقینەی نەخۆشەکە لە لایەن کەسایەتییە نائاساییەکەوە بەتەواوی دەکرێت بەژێرەوە، لەوانەیە دوکتۆرەکان لێیان تێکبچێتو ئەوە بەکەسایەتی ڕاستەقینەی ئەو مرۆڤە بزانن. (Schizophrenia Association of Great Britain-online)

هەندێك لە زانایان لەو باوەڕەدان کە هۆکاری تووشبوون بەنەخۆشی شیزۆفرینیا بۆماوەییە (جینەتیکییە) ئەوان تاقیکردنەوەکانی خۆیان لە سەر منداڵە دوانەکان ئەنجامداو زانیاری باشیان کۆکردەوە. ڕاپۆرتی بەرپرسی نوشداری گشتی لە ئەمریکا لە مەڕ شیزۆفرینیا 2002 وا نیشاندەدا کە ئەگەری تووشبوون بەشیزۆفرینیا زیاتر لە دوانە لە یەکچووەکاندا هەیە (لە کاتێکدا ئەو نەخۆشییە لە خێزانەکەیاندا هەبێت)، ئەم ئەگەرە لە دوانە لە یەکنەچووەکاندا کەمتر دەبێتەوەو بەم جۆرە هەر لە دابەزیندا دەبێت تا دەگاتە ڕادەی 1٪ لە خەڵکی ئاساییدا.

ئەو توێژینەوانەی لە سەر خێزانەکانو دوانەکانو منداڵە هەڵگیراوەکان ئەنجامدراون پشتگیری ئەو بۆچوونە دەکەن کە هۆکارە بۆماوەییەکان کاریگەرییان لە سەر شیزۆفرینیا هەیە خزمە پلە یەکەکانی ئەو کەسانەی کە تووشی شیزۆفرینیا بوون ئەگەری تووشبوونیان بەم نەخۆشییە 10قاتی خەڵکی ئاساییە. بەپێی پێشبینییەکانی ئەگەری تووشبوون، ئەم مەترسییە دەکرێت بە5 تا10٪ مەترسی بەدرێژایی ژیان بۆ خزمە پلە یەکەکان (بە منداڵو خوشكو براشەوە) بخەملێنرێت. ئەمەش مانای ئەوەیە کە بۆچوونی هۆکاری بۆماوەیی ئەگەرێکی گەورەی هەیە.

لەگەڵ ئەوەشدا ئەو داتایەی کە لە بەردەستدایە وا ناگەیەنێت کە هۆکاری تووشبوون بەشیزۆفرینیا بەتەواوی بۆماوەییە. خۆ ئەگەر وا بوایە ئەوا دەبوو لە دوانە لە یەکچووەکاندا 100٪ بوایە، چونکە ئەوان هەمان جینو هەمان کرۆمۆسۆمیان هەیە. هەڵگری جینێکی بۆماوەیی لەوانەیە کەسێك بخاتە مەترسی تووشبوونەوە، بەڵام ئەوە نابێتە تەنها هۆکارێك. Turner دەڵێت بۆچوونی هۆکاری فشارەکانی

ژیانی ڕۆژانە لە سەر نەخۆشییە ئەقڵییەکان وا پێشنیاز دەکات کە هۆکارە بۆماوەییەکان دەتوانن خەڵك بخەنە مەترسییەوە؛ بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا فشارو مەینەتییەکانی ژیانی ڕۆژانەش لەوانەیە ڕۆڵی خۆیان هەبێت.

(Turner 2003:73)

هەروەها ڕاپۆرتی بەرپرسی نوشداری گشتی لە ئەمریکا لە سەر شیزۆفرینیاش 2002 هۆکاری دیکەی باسکردووە لەگەڵ هۆکارە بۆماوەییەکاندا بۆ تووشبوون بەشیزۆفرینیا، بەڵام هۆکاری سەرەکی یان بنچینەیی بۆ نەخۆشییەکە هەر بۆماوەییە توێژینەوە نوێکان وا پێشنیاز دەکەن کە خەڵکانێك تووشی شیزۆفرینیا دەبن کە کوئۆلییەکی بۆماوەییان هەیەو بەهۆی فشارە دەوروبەری‌و سایکۆلۆژییەکانەوە لەوەندەی دی لە سەریان خەستبۆتەوە، ئەمەش بەشێوازی فشارەکان بۆ ئەگەری تووشبوون ناسراوە. ئەو توێژینەوانەی لە سەر خێزانەکان ئەنجامدراون پێشنیازی ئەوە دەکەن کە خەڵکی پلەی جیاجیایان هەیە لە هەڵگرتنی سیفەتە بۆماوەییەکانی شیزۆفرینیادا، لە زۆر نزمەوە بۆ زۆر بەرز. ئەوەی کە بڕیاردەرە لە سەر ئەوەی کە ئەو کەسە تووشدەبێت یان تووشنابێت بەشیزۆفرینیا تاڕادەیەك بەستراوەتەوە بەهەڵگرتنی ئەو سیفەتە بۆماوەییانەوە.

لەگەڵ ئەوەشدا توێژینەوە لەم مەیدانەدا هەر بەردەوامەو تا ئێستاش ڕوون نییە کە تاکە جینێك یان کۆمەڵە جینێك بەرپرسن لە تووشبوون بەم نەخۆشییە.

هاوتایی کیمیایی لە لەشدا پێشنیازی بۆچوونێکی دی دەکات بۆ هۆکارەکانی تووشبوون بەشیزۆفرینیا. تیۆریزانە بایۆکیمیاییەکان لەو باوەڕدان کە ڕادەیەکی بەرزی Neurotransmitter dopamine[2] لە مێشکدا دەبێتە هۆی تووشبوون بەم نەخۆشییە. ئەم بیرۆکەیە کاتێك کەڵاڵە بوو کە نەخۆشی Parkinson[3] یان بە Dopamine چارەسەر کرد. ئەوان بۆیان دەرکەوت کە چارەسەری دەرمان بۆ بەرزکردنەوەی ڕادەی Dopamine لە نەخۆشە ئیفلیجەکاندا (Parkinson) کاریگەری لاوەکی وای لێدەکەوێتەوە کە لە نیشانەکانی شیزۆفرینیا دەکەن.

(Turner, 2003: 73)

ئەو توێژینەوانەی کە لەسەر لاشەی مردووەکان کرا دەریخست کە نەخۆشە شیزۆفرینیاکان خاوەنی ڕادەیەکی بەرزی Dopamine بوون. هەروەها ئەوانەی کە دەرمان‌و مادە سڕکەرەکان دەخۆن وەك ئەمفیتامینەکان‌و کۆکاین، نیشانەی ڕێك وەك شیزۆفرینیایان تێدا دەبینرێت. لێکۆڵینەوەکانیش دەریانخستووە کە ئەو جۆرە دەرمانانە ڕادەی Dopamine بەرزدەکەنەوە.

بەڵام ئەمەش هێشتا هەر ناتوانێت وەڵامدەرێت بەکێشەی شیزۆفرینیا چونکە ناتوانین بیسەلمێنین کە ئایا Dopamine بووەتە هۆی نەخۆشییەکە یان نەخۆشییەکە خۆی کاریکردۆتە سەر ڕادەی Dopamine؟ دەکرێت بوترێت کە نائاسایی بوونی مێشك لەوانەیە بەهۆی ئەو ئازارگەیشتن‌و ناڕەحەتیانەوە بێت کە لە کاتی لەدایکبووندا ڕوودەدەن. (Smith, et al., 2003:553) دەڵێن: نائاساییبوونی پێکهاتەی مێشك‌و کارلێکە کیمیاییەکانی ناو مێشك لەوانەیە هۆکاریی بۆماوەیی هەبێت، بەڵام لەوانەشە بەهۆی ئازارگەیشتنی مێشکی ئەو کەسەوە ڕووبدات کاتێك کۆرپەلەیە یان منداڵێکی بچوکە.

توێژینەوەکان دەریانخستووە کە ئەو کەسانەی تووشی شیزۆفرینیا دەبن زۆر لەوەدەچێت خاوەنی مێژوویەك بن لە ناڕەحەتی لە کاتی لەدایکبووندا، زەرەرمەندبوونی مێشك بەر لە لەدایکبوون، هەوکردنی ناوەندە کۆئەندامی دەمار (وەك ئیفلیجی منداڵ)، ناڕەحەتی دایکیان لە کاتی سکپڕیدا یان تووشبوون بەئینفلۆنزا لە کاتی سکپڕیدا. (Jablensky 2000) فرۆیدو لایەنگرەکانی هەروەك چۆن دەڕواننە دیاردە

سایکۆلۆژییەکانی دی ئەتاواش سەیری شیزۆفرینیا دەکەن. فرۆید دەڵێت لە ململانێی نێوان id و ego ئەلایەن Superego یان egoەوە سەرکوت دەکرێت و ئەویش دەگەڕێتەوە بەرەو منداڵی و وەك منداڵێکی ساوا هەڵسوکەوت دەکات، ئەو دەیەوێت خۆی بسەلمێنێت و لەو نێوانەشدا خەیاڵ و ڕاستی تێکەڵ دەبن، یان جیگۆڕکێ دەکەن.

بەڵام بەداخەوە هیچ بەڵگەیەکی زانستی لە بەردەستدا نییە کە پشتگیری بیروڕاکانی فرۆید بات لە مەڕ شیزۆفرینیا بەڵکو بەپێچەوانەوە زۆربەی زانایان لە سەر ئەوە کۆکن کە هەڵسوکەوتی نەخۆشی شیزۆفرینیا وەکو هەڵسوکەوتی منداڵی نییە. (Turner, 2003:741)

سایکۆلۆژیستە ڕەفتارییەکان (Behaviourists) لەو باوەڕدان کە شیزۆفرینیا هەڵسوکەوتێکی خووپێوەگیراوو فێربوونە. ئەوان دەڵێن ئەو نەخۆشانەی کە هەڵسوکەوتی شیزۆفرینیایان تێدا دەردەکەوێت ئەوە فێری بوون و خوویان پێوەگرتووە لە ڕێگای بەهێزکردن و چەسپاندنەوەی هەڵسوکەوتەکانەوە، تەنانەت هەندێك نەخۆش لە نەخۆشخانەکاندا ئو چەسپاندنەیان لە نەخۆشی دیکەوە بۆ دەگوێزرێتەوە لە ڕێگای لاسایی کردنەوەو پێکەوە ژیانەوە. بەڵام نەخۆشە شیزۆفرینیاکان هەڵسوکەوتی جیاوازو نیشانەی جیاجیایان تێدا دەردەکەوێت، هەر بۆیە ناتوانرێت بیروڕای ئەم سایکلۆجیستانە بەجێگای متمانەو وەلامدەرەوە دابنرێت بۆ شیزۆفرینیا.

سایکلۆژیستە کۆگنتیفەکان (Cognitive) لەو باوەڕەدان کە مێشکی نەخۆشە شیزۆفرینیاکان ناتوانێت هەموو ئەو زانیاریانە تەحەمول بکات کە لە هەموو لایەکەوە بەسەریاندا دەبارێت و وەکو کاردانەوەیەك بۆ ئەوەش نەخۆشەکە لە جیهانی واقیعی پاشەکشە دەکات.

بەڵام خۆنیشانەکانی شیزۆفرینیا هەر لە گەورەدا دەرناکەون بەڵکو لە منداڵیشدا دەردەکەون. ئەم سایکۆلۆژیستانە ناتوانن ئەوە ڕوون بکەنەوە کە بۆچی ئەو گۆڕانانە ڕوو دەدەن لە گوفتارو ڕەفتاری ئەو نەخۆشانەداو هۆکارەکانی چین. لە کاتێکدا ئەو نیشانانە لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی دی دەگۆڕێن و لە تاکە کەسێکیشدا لە کاتێکەوە بۆ کاتێکی دی هەمدیس جیاوازن. هەندێك لە توێژەروان لەو باوەڕەدان کە زۆرجار کارکردە لاوەکییەکانی هەندێك دەرمان ئەو نیشانانە دروست بکەن.

تەنانەت هەندێك لە سایکۆلۆژیستەکان دەڵێن نەخۆشییەك لە گۆڕێدا نییە ناوی شیزۆفرینیا بێت، ئەو کەسانە خۆیان هەڵسوکەوتیان نامۆیەو کۆنترۆڵ ناکرێت و خەڵکیش بەنەخۆش لە قاڵبیان دەدەن. (Szasz 1962) ئەو کەسانە بەم قاڵبدانە هەڵسوکەوتەکەیان ئەوەندەی دی لە لا ئاسایدەبێتەوەو بەم جۆرەو بەپێی ئەم گروپە ئەو کەسانە کۆمەڵگا چ مۆرکێکی پێوەنابن ڕێك بەو جۆرە هەڵسوکەوت دەکەن.

مەسەلەی مۆرکپێوەنان و لە قاڵبدانی خەڵکی کاریگەری زۆری هەیە لە سەر هەڵسوکەوت و ڕەفتاریان بەڵام بۆ نەخۆشییەکی مێشکی وەك شیزۆفرینیا ناتوانرێت بەتەنها هۆ بژمێررێت.

لە بەرئەوەی شیزۆفرینیا زیاتر لە نێو هەژاراندا دەردەکەوێت تا دەوڵەمەندان، زۆر لە توێژەروان لەو باوەڕدان کە فشارە دەوروبەرییەکان و تاڵاوی ژیان دەبنە هۆی شیزۆفرینیا. ڕاپۆرتی بەرپرسی نوشداری گشتی لە ئەمریکا لە مەڕ شیزۆفرینیا 2002 دەڵێت: ئەك هەر پێکهاتەی بایۆلۆجی مێشك کار دەکاتە سەر هەڵسوکەوت و ڕەفتار، بەڵکو هەڵسوکەوت و ڕەفتاریش کاردەکەنە سەر پێکهاتەی مێشك و گۆڕانکاری تێدا ئەنجام دەدەن

ئەگەرچی بنچینەیەکی زانستی نییە جەخت لە سەر ئەوە بکاتەوە کە تاڵاوەکانی ژیان دەبنە هۆی تووشبوون بەنەخۆشی شیزۆفرینیا، بەڵام ئەوەی حاشا هەڵنەگرە ئەوەیە کە گیروگرفت و تاڵاوەکانی ژیان دەبنە پاڵپشت و پاڵنەر بۆ ئەوانەی کە ئامادەیی بایۆلۆژییان تیایە بۆ تووشبوون بەم نەخۆشییەو زۆر جار بڕیاردەری سەرەکیشن.

بەم جۆرە دەتوانین بڵێین کە هۆکارە دەوروبەرییەکان هەلومەرجەکە خەستدەکەنەوە بۆ ئەوانەی کە هەڵگری جینێکی شیزۆفرینیان یان ئامادەیی بایۆلۆجی ترین تێدایە. ڕاپۆرتی پزیشکانی ئەمریکاش جەخت لە سەر ئەوە دەکاتەوە کە باسکردنی هەلومەرجی ژیان و گوزەرانی خەڵکی لە ماوەی درێژخایەندا کاریگەری خۆی هەیە لە سەر بەرگرتن لە دەرکەوتنی نیشانەکانی ئەم نەخۆشییە.

لە لایەکی دیەوە هەندێك لە توێژەرەوان دەڵێن دەوڵەمەندەکانیش بەئەندازەی هەژارەکان تووشی ئەم نەخۆشییە دەبەن، بەڵام ئەوان چونکە پارەدارن دەتوانن لایەنە لاوازەکانیان بشارنەوە.

شیزۆفرینیا نەخۆشییەکی ئەقڵییەو پێدەچێت گەلێك هۆکاری هەبێت و پێویستی بەکۆبوونەوەی گەلێك فاکتۆر هەبێت لە یەك کەسدا بۆ ئەوەی نیشانەکانی تێدا دەربکەون. توێژینەوەکان لەم مەیدانەدا بەردەوامن، بەلا هەتا ئێستا هۆکارێکی دیاریکراو نەدۆزراوەتەوە کە بەهۆکاری سەرەکی و تایبەتی شیزۆفرینیا ناسرابێت، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا زانستی نوشداری نوێ لە بواری چارەسەر کۆنترۆڵکردنی ئەم نەخۆشییەدا هەنگاوی باشی ناوە لە کەمکردنەوەی نیشانەکانی و کۆنترۆڵکردنی نەخۆشییەکەدا.

تازەترین دەرئەنجامی توێژینەوە زانستییەکان پێشنیازی ئەوە دەکات کە هەڵگرتنی جینێك یان سیفاتێکی بۆماوەیی هاوکات لەگەڵ بەهێزکردن و پشتگیریکرانی لەلایەن هۆکارە دەوروبەرییەکان و تاڵاوەکانی ژیانەوە دەبنە هۆی شیزۆفرینیا. ئاشکراشە کە خەڵکی بەڕێژەی جیاواز دەبنە هەڵگری سیفاتە بۆماوەییەکان، بەڵام ئەوەی ئاشکرایە ئەوەیە کە هەردو هۆکارەکە پێکەوە دەبنە بڕیاردەر لە سەر ئەوەی کە ئەو کەسە تووشی شیزۆفرینیا دەبێت یان نا.

Parsendow@hotmail.com

سەرچاوەکان:

Bibliography

1.History of schizophrenia, Emental-health. Com (online)
Available from: http://www.emental-health.com/schiz history.htm
Accessed: May 1st 2004

2.Mental health: A report of the Surgeon General-Chapter 4(online)
Available from:
http://www.surgeongeneral.gov/library/mentalhealth/chapter4/sec4.html#table4 6
Accessed: May 2nd 2004

3.Schizophrenia Association of Great Britain, (online)
Available from:
http://www.sagb.co.uk/10.htm
Accessed: Mat 1st 2004

4.Smith, E.E., et al. (2003) Atkinson & Hilgard's Introduction to Psychology. 14th edition, Belmont: Thomson Learning, Inc.

5.Turner, L.(2003) Advanced Psychology: Atypical Behaviour. 1st edition, Oxon: Hodder & Stoughton.

6.US Surgeon General's Report on Schizophrenia (2002) (online)
Available from:
http://www.schizphrenia.com/research/surg.gen,2002.him
Accessed: May 1st 2004

*مەترسییەکانی تووشبوون بەشیزۆفرینیا
Risk of developing schizophrenia

شوێنی وێنەکە
http://www.schizophrenia.com/research/surg.gen,2002.htm
US Surgeon General's Report on Schizophrenia (2002) (online)

پەراوێزەکان:

1.خوێندکاری بەشی کریمینۆلۆجی لە پەیمانگای لانکەشێری خۆرهەڵات بۆ خوێندنی باڵا-شانشینی یەککرتوو.

2.مادەیەکی کیمیاییە لە مێشکدا کە بەرپرسیارە لە گەیاندنی ئەرکەکانی دەمار بەخانە.

3.نەخۆشییەکە دەبێتە هۆی ئیفلیجییەکی تەواو لە لەشدا.

جیهانگیری و مردنی زمانەکانی دی

نوسینی: دکتۆر ئەحمەد ئەبوزەید
پەرچڤەی بەرزان جەمال

زمانی ڕاگەیاندن و تەکنۆلۆژیای نوێ زمانێکە لە واقیعەوە وەرگیراوە، هەرچەندە گوزارشت لە کۆمەڵێک حەقیقەتی نوێ دەکات کە پێشتر لە ئارادا نەبوون بەڵام لە نێوزۆربەی کۆمەڵگاکاندا زمانێکی هاوبەشە.

لە گرنگترین ئەو گۆڕانانەی کە لە دەیەکانی دوایی سەدەی بیستەمدا بەسەر ژیانی گشتی مرۆڤدا هات، بڵاوبوونەوەی کۆمەڵێک وشەو زاراوە بوو کە خاوەنی مرۆڤێکی ئەکادیمی بوون، بە شێوەیەکی گشتی هەندێک لەم وشەو زاراوە نوێیانە هەر بە زمانە بنەڕەتییەکەی خۆیان هاتوونەتە ناو وتووێژی ڕۆژانەی زۆرینەی خەڵک تەنانەت لە قسەکردنی ئەو کەسانەشدا دەبیسترێت و دەوترێتەوە کەبە تەواوەتی لە مەغزاو مەعنای ڕاستەقینەی ئەم وشەو زاراوانەش تێناگەن وەك کۆمپیوتەر و ئینتەرنێت و موشەك و مانگە دەستکردەکان تەنانەت هەندێکجار ئەمانەش دەبینی کونی ڕەش و چینی ئۆزۆن و جینەکان و سۆڵت ویر و... هتد. بە سروشتی حاڵ بەهۆی پێشکەوتنی هۆیەکانی ڕاگەیاندن و پەیوەندی کردنەوە ئەم وشەو زاراوانە زۆر پێشکەوتوون کە یارمەتیدەر بوون بۆ بە ئاسان بەرەو پێشچوونی لێشاوی زانیارییەکان. ئەگەر لە ڕابووردوودا ئەم زاراوەو زانیاریانە تەنها لە چوارچێوەی چینێکی دیارو جیاکراوە لە زاناکان و ئەکادیمییە پسپۆڕەکان لە نێو کۆمەڵگە پێشکەوتووەکاندا لە ڕووی زانستی و تەکنۆلۆژییەوە سنووردار کرابوو ئەوا ئێستا لە کۆمەڵگە دواکەوتووەکانیشدا بڵاوبوونەتەوە کە تاکو سەردەمانێك لەمەوبەر گشت زانیارییەکان لە ڕێگەی گێڕانەوەی زارەکییەوە وەردەگیرت تاکو دواتر بە ڕادیۆ تەلەفزیۆن و پاشان ڤیدیۆ ئاشنا بوون.

لە ئەنجامی ئەمانە ئەو زمانە هاتە ئاراوە کە دەتوانرێت لەلایەکەوە لە نێوان زۆربەی کۆمەڵگەکانی جیهان و لەلایەکی

دیکەوە لە نێوان توێژوچینەکانی تاکە کۆمەڵگەیەکیشدا بە زمانێکی هاوبەش دابنرێت. چونکە هۆکارەکانی ڕاگەیاندن و پەیوەندی کردن زانیاری نوێ و سامانێکی زارەکی بە کۆمەڵگە بە تایبەتی بە نەوە نوێیەکان دەبەخشێت کە زۆر جیاوازە لەو زانیاری و کلتورەی لە نەوەکانی پێشووەوە مارنەتەوەو بەشێوازە ئاسانەکان گوازراونەتەوە و ئێستاکە لەبەردەم زانست و تەکنۆلۆژیای نوێدا زۆر ساکار و دواکەوتوون. هاتنە ناوەوەی ئەو زاراوەو وشەو دەستەواژانە و ئەو هزرو بۆچوون چەمکانەش کە پێیانەوە بەندن و دەیانگرێتەوە بۆ ناو فەرهەنگی زمانەوانی ئەو زمانانەی کە ڕاستەوخۆ بەشێوەی زمانەبیانییە بنەڕەتییەکە ئەم وشەو زاراوانە وەردەگرن، بە فاکتەرێکی بەهێز و دەوڵەمەندکەری ئەو زمانانە دادەنرێن. لەبەرئەوە زۆرێك لە نوسەران و ڕوناکبیران پێیان وایە هاتنە ناوەوەی ئەم زاراوەو شانە بە زمانە بیانییە بنەڕەتییەکەیان بە سەرچاوەی هەڕەشە بۆسەر زمانە نیشتمانییەکان دادەنرێن، بۆیە پێویستە ڕێگە لە بڵاوبوونەوەیان بگیرێت یان ڕاستترە بڵێین پێویستە بۆسەر زمانی بنەڕەتی کۆمەڵگاکان وەربگێڕێن ئەمەش لە پێناوی نزیککردنەوەیان لە عەقڵ و بیرکردنەوەی تاکەکانی کۆمەڵ و پاشانیش بۆ پاراستنی ناسنامەی نیشتمانی ئەو کۆمەڵگەیە.

بڵاوبوونەوەی زمان .. بڵاوبوونەوەی هزر

لە واقیعدا مەسەلەکە زۆر لەوە مەترسیدارترە کە تەنها بڵاوبوونەوەی کۆمەڵێك وشە یان زاراوەی خۆرئاوایی نامۆ بۆ ناو زمانە نیشتمانییەکان بگرێتەوە چونکە زمان هەڵگری زۆرێك لە ئاکار و بنەمای ئەو کلتورەیە کە ئەم وشانەی هێناوەتە بەرهەم لەبەرئەوە بڵاوبوونەوەی لە دەرەوەی سنورە نیشتمانییەکان واتا بڵاوبوونەوەی بنەماو هزر و بۆچوون و چەمکەکانە تەنانەت بەهاکانی ئەو کلتورە و لە میشەوە کلتورەکانی دیکە کە ئەو وشەو زاراوانە وەردەگرن بۆ

هەژموونی کلتورە زاڵەکە ملکەچ دەبن. لە کاتێکدا زمانی زۆرینەی ئەو زاراوە زانستیانە زمانی ئینگلیزییە ئەویش بەهۆی سەرکەوتنی کۆمەڵگەی ئەمەریکییەوە لە بوارەکانی زانست و تەکنۆلۆژیای نوێی پێشکەوتوودا، ئەمانە بوون بەهۆی بڵاوبوونەوەی زمانی ئینگلیزی لە زۆربەی دەوڵەتانی جیهاندا پاڵپێوەنانی زمانە نیشتمانی و نەتەوەییەکان لە زۆرکاتدا، تەنانەت کۆمەڵگەو زمانە ئەوروپییەکان خۆشیان نەیانتوانی لەمە دەربازییان ببێت. هیچ گومانی تێدا نییە بڵاوبوونەوەی ئەو گوزارشتە زمانەوانییانەی کە ئەم وشەو زاراوانەی پێ دادەڕێژنەوەو ئەو چەمکانەش کە ئەم زاراوانە هەڵیانگرتووە پارمەتیدەردەبن لە نزیك خستنەوەی گەلان بەلایەنی کەمەوە لەم بوارە سنوردارانەدا. هەرچەندە لە هەمان کاتدا ئەو پرسیارە دێتە پێشەوە ئایا ئەمە لە کۆتاییدا نابێتە هۆی ئەوەی تاکە زمانێك بە تەواوەتی ئەو نزیکایەتییە بێنێتەدی؟

ئایا زمانی ئینگلیزی کە سنوری بڵاوبوونەوەی هێندە بەرفراوانە دەتوانێت ئەو ئەرکە گەورەیە بگرێتە ئەستۆ؟ یا خود ئەم کارە پێویستی بە داهێنانی زمانێکی دیکەیە کە ئاسان بێت و لە پێکهاتەدا ساکاربێت و توانای بڵاوبوونەوەی هەبێت بەشێوەیەك گەلە جیاوازەکان بتوانن بە ئاسانی

وەربیگرن و بەکاریبهێنن نەك تەنها لە بواری زانستی و تەکنۆلۆژی سنورداردا بەڵکو لە زۆربەی بوارەکانی چالاکی ژیاندا لەگەڵ پاراستنی زمانە نیشتمانییەکان لە هەمان کاتدا؟ پاشان ئەو مەرجانە کامانەن کە پێویستە لە نمونەی ئەم زمانەدا هەبێت تاکو بتوانێت خۆی بەسەر گەلانی جیهاندا بسەپێنێت؟

گۆڤاری ئەتلانتیکی مانگانە Monthly Atlantic ی ئەمریکی و بە یارمەتی ژمارەیەك پەیمانگا و ناوەندی توێژینەوە کە بایەخ بە ئایندەی زمان دەدەن لە جیهانێکدا کە بە خێرایی لە ئەنجامی پێشکەوتنی شێوازەکانی تەکنۆلۆژیای زانیارییەکان و پەیوەندیکردندا دەگۆڕێت، لە ژمارەی نوڤەمبەری ساڵی 2000دا وتارێکی دوورودرێژ لەم بارەیەوە بڵاوبۆوە، باربارە و لراف- کە یەکێکە لە دەستەی نوسەرانی گۆڤارەکە- سەبارەت بە ئەگەری هاتنە کایەی زمانێکی جیهانی و پێکهاتەی ئەو زمانە نوسیویەتی و دەڵێت: بڵاوبوونەوەی هەر زمانێك لە دەرەوەی سنورە نیشتمانییەکەی خۆی بە پلەیەکی گەورە پشت بە ئاسانی زمانەکەو خێرایی فێربوونی بەهۆی سادەیی پێکهاتە ڕێزمانەوانییەکەی دەبەستێت، هەروەها باسی ئەوە دەکات ئەو ئەمریکییەیانەی بۆ کارکردن دەچنە دەرەوەی ئەمەریکا پێویستیان تەنها بە 24 هەفتەیە بۆ فێربوونی هەریەکە لە زمانەکانی ئەڵمانی، ئیتاڵی، فەرەنسی، ئیسپانی و پورتوگالی چونکە پێکهاتە ڕێزمانەوانییەکانیان سادەیەو لە ئینگیزییەوە نزیکن، لەبەرئەوە ئەم زمانانە زیاتر لە جیهاندا بڵاودەبنەوە هەرچەندە جیاوازی لە ئاستی بڵاوبوونەوەیاندا هەیە، لە کاتێکدا زمانەکانی وەك سواحیلی لە خۆرهەڵاتی ئەفەریقاو ئەندونیسی و مالیزی پێویستیان بە 36 هەفتەیە بۆ فێربوون و زمانی هندی ئۆردی و روسی بە 44 هەفتەو فێربوونی زمانی عەرەبی و چینی و ژاپۆنی و کوردی پێویستییان بە 88 هەفتەیە بۆ فێربوون. ئینگلیزی لە هەموو ئەم زمانانە ئاسانتر و فێربوونی خێراترە لەبەرئەوە زمانێکی هەڵبژێراوە و ئامادە باشی تێدایە ببێتە ئەو زمانە جیهانییەی کە لە ئایندەدا هەموو جیهان بەکاریبهێنن، بەڵگەی زۆریش هەن کە ئاماژە دەدەن بە ئەگەری بەدیهاتنی ئەم بۆچوونە.

ئینتەرنێت و تاکە زمانێك:

یەکەمین بەڵگە بۆ ئەگەری بوونی زمانی ئینگلیزی بە تاکە زمانی جیهانی لە ئایندەدا، بوونی ئەو بڕە بێ شومارەیە لە مادەو زانیاری بە زمانی ئینگلیزی لەسەر تۆڕەکانی ئینتەرنێت و بە 80٪ی گشت مادە پەخشکراوەکانی سەر تۆڕەکان مەزەندە دەکرێن، هەروەها بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت بۆ دەستکەوتنی ئەم مادانە بە زمانی ئینگلیزی کە خۆیان وەك زمانی دایك قسە بە زمانی ئینگلیزی ناکەن ژمارەیان بە ڕێژەی بەرچاو لەبەرز بوونەوەدایە و تەنانەت زیاترن لەو کەسانەی کە خۆیان بە زمانی ئینگلیزی قسە دەکەن. ژمارەی ئەوانەی بە زمانی ئینگلیزی وەك زمانی دایك قسە بە ئینگلیزی دەکەن بە 375 ملیۆن کەس مەزەندە دەکرێن لە کاتێکدا ژمارەی ئەوانەی بە زمانەکانی دیکە قسە دەکەن لە جیهاندا زیاتر لە 5700 ملیۆن کەس دەبن. بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت ئەوانەی بە ئینگلیزی قسە ناکەن و مادە و زانیارییەکان بە ئینگلیزی وەردەگرن زیاتر لە 44٪ ی کۆی گشتی ئەو کەسانە پێکدێنن کە پشت بە تۆڕەکانی ئینتەرنێت دەبەستن بۆ دەستکەوتنی زانیارییەکان. بە بەراوردکردن لەگەڵ سەرجەم زمانەکانی دیکەدا. هەندێك کەسیش پێیان وایە مادە پەخشکراوەکان بە زمانی ئینگلیزی لە ئێستادا گەیشتۆتە ئاستی خۆی و ئەمەش قۆناغێکی کشانەوەو گەڕانەوە بۆ قۆناغی پێشووتری بەدوادا دێت نەك لەبەرئەوەی خەڵك لەم مادانە بە زمانی ئینگلیزی دەکشێنەوە بەڵکو لەبەرهاتنە ناوەوەی نەتەوەو کلتور و زمانی دیکە بۆ ئەم مەیدانە ئەمەش ڕێگە دەدات بە فرە جۆری و فراوانبوونی بوارەکە بۆ هەڵبژاردن وئارەزووکردنی زمانەکانی دیکە کە مادە پەخکشراوەکانی سەرتۆڕی ئینتەرنێتی پێ بڵاو دەکرێتەوە.

لەگەڵ ئەوەشدا بڵاوبوونەوەی زمانی ئینگلیزی لەم چوارچێوە بەرفراوانەدا دەبێتە هۆی نیگەران بوونی دەوڵەتانی یەکێتی ئەورووپا کە خەمی ئەوەیانە زمانی ئینگلیزی جێگەی هەندێك لە زمانە ئەورووپییەکان بگرێتەوە نەك تەنها لە بواری مامەڵەکردنی ئابوری و توێژینەوەی زانستیدا بەڵکو لە بواری خوێندنی باڵاشدا هەروەك ئێستاکە لە هۆڵەندا بانگەشەی گۆڕینەوەی زمانی هۆڵەندی کە زمانی دایکە بە زمانی ئینگلیزی دەکەن. یاخود وەك زانکۆی ئەڵمانی کە ئێستاکە لە میسر دەکرێتەوەو بڵاویکردۆتەوە کە

زمانی خوێندن لەو زانكۆیەدا زمانی ئینگلیزییە نەك زمانی ئەڵمانی.

بە چاوپۆشین لە مەبەست و ئامانجی ئەم زانكۆیە ئەڵمانیە كە دەیەوێت ئەم بانگەشەیە واتا خوێندن بە زمانی ئینگلیزی بكاتە هۆكار بۆ ڕاكێشانی ژمارەیەكی زۆر لە خوێندكاران تاكو فرسەتییان بۆ بڕەخسێت بۆ ئاشنا بوون بە ئەڵمانیا و كلتور و ئەدەب و دەستكەوتەكانی لە بوارە جیاوازەكانی زانست و زانیارییدا تاكو زەمینەیەكی بەپیت بۆ ئاینده بێنێتە بەرهەم. بە چاوپۆشین لەم لایەنەی كە باسمان كرد، گرنگ ئەوەیە ئەڵمانیا تەسلیمی ئەو ڕاستییە بوو كە زمانی ئینگلیزی لە ڕووی ئاستی ئارەزووكردن و بڵاوبوونەوەی لەناو خەڵكدا سەركەوتنی بە دەست هێنا بەسەر زمانی ئەڵمانیا. بەڵگەی دووەم لەسەر بڵاوبوونەوەی زمانی ئینگلیزی و ئەگەری ئەوەی لە ئایندەیەكی نزیكدا ببێتە زمانێكی جیهانی ئەوەیە زمانی ئینگلیزی بە زمانی زانست دادەنرێت و لە ئەنجامدگەیاندنی توێژینەوەو بڵاوكردنەوەی ئەنجامەكانی لەسەر ئاستی جیهان پشتی پێ دەبەسترێت. بۆ نمونە لە ئەڵمانیا كە دەوڵەتێكە زۆر شانازی بە زمان و كلتور و دەستكەوتە زانستییەكانی خۆیەوە دەكات، دەبینین لە 98٪ی توێژینەوەكانی فیزیا و 83٪ی توێژینەوە كیمیاییەكان بە زمانی ئینگلیزی ئامادەو بڵاودەكرێنەوە. هەروەها زمانی ئینگلیزی بە زمانی ڕەسمی بانقی ناوەندی ئەوروپی دادەنرێت هەرچەندە لە فرانكفۆرتەو لەگەڵ ئەوەشدا كە بەریتانیا لە یەكێتی دراوی ئەورووپیدا ئەندام نییە.

بەڵگەی سێهەم كە لێرەدا ئاماژەی پێدەدەم بایەخ پێدانی دەوڵەتێكی گەورەی وەك چینە بە بڵاوكردنەوەی زمانی ئینگلیزی لە نێو منداڵانی خوێندنگاكاندا تاكو بەردەوام بەشێوەیەك گەشە بكەن كە ئاگایان لە پێشكەوتنی ڕەوتی زانست و تەكنۆلۆژیا بێت لە جیهاندا هەرچەندە چین بە گرنگترین دەوڵەت دادەنرێت كە كێبڕكێ لەگەڵ خۆرئاوا لە زۆربەی بوارەكانی توێژینەوەی زانستی و بەرهەمهێنانیبەرنامە ڕێژییەكاندا دەكات، لەگەڵ ئەوەشدا كە زمانی چینی لە پێشەوەی ئەو زمانانەیە كە زۆرترین خەڵك قسەی پێدەكەن، باریارە ولراف لەو ژمارەیەی گۆڤاری ئەتلانتیكدا كە پێشتر ئاماژەمان پێدا دەڵێت: چین ئێستاكە لە هەوڵی ئامادەكردنی چوار هەزار مامۆستادایە بۆ فێركردنی زمانی ئینگلیزی و وانە وتنەوە بە منداڵەكانی.

ئایا زمانی ئینگلیزی هاوبەشی دیكەی بۆ لەدایك دەبێت؟

زۆر جار قسە لەسەر ئەوە دەكرێت كە زمانە نیشتمانییەكان لە وانەیە پاراوی خۆیان لە دەست بدەن بەهۆی تێكەڵاوكردنی زمانی ئینگلیزی لەگەڵ زمانەكانی خۆیاندا، تەنانەت بەكارهێنانی لەگەڵ وشە و دەستەواژە سادەكانی ژیانی ڕۆژانەشدا. لەگەڵ ئەوەشدا كە ژمارەیەك بەڵگەمان بۆ ئەگەری بە جیهانیبوونی زمانی ئینگلیزی ئاماژەپێدا بەڵام لە هەمان كاتدا ژمارەیەك زمانی بەهێزی دیكە هەن و ئەگەری ئەوەیان هەیە هێزی نوێ بێننە ئاراوە و كێبڕكێ لەگەڵ ئەمەریكا و بەریتانیا و كۆمەڵەی ئینگلیزیدا بكات لەسەر ئاستی پلەوپایەی سیاسی و ئابوری و بەمەش كاریگات بۆ بڵاوبوونەوەی زمانەكەی یان زمانەكانیان لەسەر حسابی زمانی ئینگلیزی. بۆ ئەم بۆچوونانەش خۆرهەڵاتی ئاسیاو ئەمەریكای لاتینی و ناوچەی عەرەبیش پاڵێوراون.

ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت گومانی بەهێز سەبارەت بە ئەگەری بوونی زمانی ئینگلیزی بە زمانی ئاینده هەیە واتا گومان هەیە زمانی ئینگلیزی ئەو توانایەی هەبێت ببێتە زمانی هەموو جیهان، بە تایبەتی لە كاتێكدا ئێستاكە زمانی ئینگلیزی لقی لێدەبێتەوەو بۆ چەند بەشێك لە لەهجەی جیاوازی دور لەیەك دابەش دەبێت كە هەریەكەیان لەوانەیە پەرەبسێنێت و ببێتە زمانێكی سەربەخۆو دیار. تەنانەت هەندێك لە ڕوناكبیران بە تەواوەتی ئەوە ڕەتدەكەنەوە تاكە زمانێك ببێتە زمانی باو ئامرازی ئاخاوتن و لەیەك گەیشتن لە نێو گەلە جیاوازەكانی جیهاندا، چونكە ئەمە مانای وایە فرە جۆری زمانەوانی لەناو دەچێت كە بناغەكەی فرە كلتوورییە و پێویستە بۆ پەرژەوەندی هەموو مرۆڤایەتی پارێزگاری لەو فرە كلتوری و فرە زمانییە بكرێت.

دیاردەیەكی دیكە كە بۆتەمایەی نیگەرانی زۆر كەس ئەوەیە كە لەوانەیە ئەگەر تاكە زمانێك لە جیهاندا زاڵ بێت و ببێتە زمانی بەكارهێنان لەلای هەموو گەلان ئەوا ئەم بارە دەبێتە هۆی زاڵبوونی ئەو زمانە بەسەر هەندێك لە زمانە لاوازەكاندا و ونبوونییان و لەناوچوونی خێرایان كە ئەمەش بێگومان بڵاوبوونەوەی هۆیەكانی پەیوەندیكردن و زانیارییە نوێیەكان بە تایبەتی ئینتەرنێت دەیهێنێتە ئاراوە. زاناكان

لەو باوەڕەدان نزیکەی نیوەی ئەو زمانانەی ئێستاکە لە جیهاندا هەن کە بە شەست هەزار زمان مەزەندە دەکرێن لە نیوەی ئەم سەدەیەی ئێستاکە لەناو بچن و نەمێنن. مەترسی ئەم بارە ئاشکرا دەردەکەوێت کاتێك ئەوە دەزانین ڕێژەی ونبوونی زمانەکان دوو هێندەی ڕێژەی لەناوچونی شیردەرەکان و چوار هێندی لەناوچوونی باڵندەیە، ئەگەر بارەکە بەم شێوەیە بەردەوام بێت و زمانەکان بەم ڕێژانە لەناوبچن ئەوا بەپێی وتەکانی ڕوزماری ئوستلەر لەوتارێکیدا کەلەبەهاری ساڵی 2000 دا لەگۆڤاری whole worldبڵاوبۆوە، جیهانی ئاییندە تەنها نزیکەی دە زمانی بەهێز یان کەمێك زیاتری دەمێنێتەوە.

ڕۆژنامەی تایمزی لەندەنی لەژمارەی ڕۆژی 21ی دێسەمبەری ساڵی2000دا سەبارەت بەڕێژەی ونبونی زمانەکان (زمانە لاوازەکان) ئاشکرای کردووە کەهەردوو هەفتە جارێك یەکێك لەو زمانە لاوازانە لەناودەچن ولەماوەی ئەم سەدەیەدا تەنها دووهەزار زمان دەمێننەوە .هەندێك کەس بارەکە لەمەش خراپتر دەبینن ودەڵێن بەهاتنی ساڵی2100 لە 90% ی زمانەکانی جیهان لەکارپێکردن دەکەون وبەتەواوەتی لەناوچوون یان بەرەو نەمان دەچن وتەنها نزیکەی 5% ی زمانەکان لەلەناوچوون دووردەبن ئەویش لەبەرئەوەی ژمارەیەکی زۆر قسەکەر قسەی پێدەکەن و بەکاری دەهێنن ولەبەر هەرهۆکارێك بێت توانای گواستنەوەیان لەنەوەیەکەوە بۆ نەوەکانی دوای خۆی دەبێت. ئەوەی یارمەتی مانەوەو بەردەوام بوون دەدات کە هەندێك جار پێیان دەوترێت (ئەو زمانانەی لە ڕووی تەندروستیەوە ساغن) فێرکردنی منداڵە چونکە لەکاتێکدا ئەگەر منداڵان فێری زمانە نیشتمانییەکەیان نەکرێن ئەوە دەگەیەنێت ئەو زمانە لەسەرە مەرگدایە هەرچەندە ژمارەی قسەپێکەرانیشی لە ئەوە تەمەن گەورەکاندا زۆر بێت . زاناکان لەم بارەیەوە ژمارەی ئەو زمانانەی ئێستاکە لە جیهاندا هەن بە68 زمان (زمانی زیندوو) مەزەندە دەکەن بەڵام90 %یان کەمتر لە100 هەزار کەس قسەی پێدەکەن تەنانەت هەندێکیان (46زمانیان) تەنها کۆمەڵێکی بچوك دەیزانن ،لەبەرئەوە بەمردنیان زمانەکەش دەمرێت، هەروەها نزیکەی 357 زمان هەیە کەکەمتر لە50 کەس قسەی پێدەکەن، لە کاتێکدا نزیکەی 200-250 زمان هەیە کە زیاتر لە ملیۆنێك کەس قسەی پێدەکەن و لەسەرو هەموویانەوە زمانی چینیە (زمانی ماندرین) و ئینگلیزی و ئیسپانییە.

مردنی زمانەکان

جیهانگیری دەستێکی گەورەی لەمردنی ئەو زمانانەدا گێڕاوە کە بەزمانە لاوازەکان دادەنرێن، لە جیاتی ئەوەی یارمەتیدەر بێت لە بەهێزکردن و بڵاوبونەوەیان تاکو ڕۆڵی هەبێت لە بەدیهێنانی لە یەکگەیشتن و نزیکایەتی نێوان گەلان . بەپێی لۆجیکی جیهانگیری وەك دەرئەنجامێکی ڕاستەوخۆی پەیوەست بوونی جیهانگیری بەهەژموونی ئابوری زل هێزە سیاسیو ئابورییەکانەوە کە بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ یان ناڕاستەوخۆ زمانەکانی خۆیان بەسەردەوڵەتە دواکەوتوەکاندا لە ڕووی ئابورییەوە دەسەپێنن لەمەش تاکو ئاستێکی زۆر هۆکاری ئەوە ڕوندەکاتەوە بۆچی زمانی ئینگلیزی بەوشێوەیە بڵاوبۆتەوە کەبەپێی ڕای زۆرکەس لە وانەیە ببێتە زمانێکی جیهانی گەورە یان زمانی جیهانگیری . لەگەڵ ئەوەشدا فاکتەری دیکە هەیە یارمەتیدەرن لە ونبونی ژمارەیەکی زۆر لەزمان وەك دەمارگیری نەتەوەییو ئایینیو زمانەوانی کەدژی زمسانی کەمینەکان دەوەستنەوە .

هەستکردن بەم مەترسیانە کە هەڕەشە لە زمانە لاوازەکان دەکات بۆتە پاڵنەر بۆ بایەخ پێدانی زاناکانی زمانەوانی و دەنگ کەدەستیان کردووە بەتۆمارکردنی دەنگی ئەو زمانانەی کە قڕبوون هەڕەشەیان لێدەکات لەگەڵ تۆمارکردن و پاراستنی هەندێک خەسڵەتی دیکەیان پێش ئەوەی لە ناوبچن ،تاکو ئەو سامانە مرۆڤایەتییە بەبایەخە لەناو نەچێت کە قەرەبووکردنەوەی ئەستەمە لەلایەکی دیکەوە هەندێک هەوڵ و کۆشش لەئارادان لەپێناوی داهێنانی زمانێکی نوێ کە لەگەڵ بەکارهێنانەکانی کۆمپیوتەر و ئینتەرنێتدا بگونجێت و سیفەتی سانایی و سادەیی تێدا بێت تاکو بەئاسانی و بەبێ ماندووبوون وەربگیرێت و بەکاربهێنرێت لە بەرئەوە ئەم زمانە نوێیە بە ئاسان easy ناودەبرێت ، بەڵام تاکو ئێستا هەموو ڕوخسارەکانی ئەم زمانە نوێیە ئاشکرا نەبووە یاخود ئاستی جێبەجێکردن و بەکارهێنانی ، لە مانەش گرنگتر ئەو زمانە دیارینەکراوە کە لە سەرەتادا ئەم زمانە نوێیە بەهۆیەوە دەخرێتە ڕوو ،ئایا ئەو زمانە زمانی ئینگلیزی دەبێت بەرپێوەدانگەی کەبەزمانی ئینتەرنێت دادەنرێت (بەلایەنی کەمەوە لەکاتی ئێستادا) ؟

ئامێری خوێنەرەوە

ئەگەر دوا ئامانجی دۆزینەوەی تاکە زمانێکی گشتی و جیهانی ئاسانکردنی لێکنزیکبوونەوەو لەیەکگەیشتنی نێوان گەلان بێت ئەوا ئنتەرنێت و هۆیەکانی دیکەی پەیوەندیکردن و زانیارییە نوێیەکان هەوڵدەدەن بۆ لابردنی ئەو ڕێگرانەی کەلەنێوان کۆمەڵە مرۆیی و کلتورییە جیاوازەکاندا هەن . هۆکاری سەرکەوتوش بۆ بەدیهێنانی ئەم ئامانجە پەرەپێدانی کرداری وەرگێڕانە لە نێوان زمانە جیاوازەکاندا بەهۆی ئینتەرنێتەوە بەشێوەیەک وەرگێڕانەکە کە بە ئەنجام بگەیەنرێت لەگەڵ وتنی وشەکەدا و بەم شێوەیە قسەکردن بەهەر زمانێک بێت بگۆڕێت بۆ دەقێکی نوسراو بەو زمانە ببیسترێت کە دەویسترێت وەربگێڕێتە سەری ، بەمەش دەتوانرێت دەق بۆ قسە بگۆڕێت بە بێ بەکارهێنانی کۆششێکی زۆر . بێگومان ئەم پێشکەوتنە کەسانی نابینا و نەخوێندەوار زۆر سوودی لێوەردەگرن . لەوەدەچێت تەکنۆلۆژیا سەرکەوتنێکی تێبینیکراوی لەم بوارەدا بەدەست هێنابێت ، چونکە وەرگێڕان لەنێوان نزیکەی 50 زماندا ئێستاکە ئاسانە لەڕێگەی ئەوەی پێیدەوترێت ئامێری خوێنەرەوە. ReadingMachin بەشێوەیەک هەرکەسێک دەتوانێت قسە بۆ کۆمپیتەرەکەی ئەویش لەڕێگەی مایکێکی تایبەتییەوە قسەکانی بۆ وەردەگێڕێت بۆ ئەو زمانەی کەخۆی دەیەوێت لەشێوەی دەقێکی نوسراودا پاشان ئەم وەرگێڕانە بەزمانێکی تەواو ڕاست دەبیسترێت . بەردەوام هەوڵ و کۆششی زۆر لە ئارادایە بۆ بەدیهێنان وجێبەجێکردنی کۆمەڵێک داواکاری زمانەوانی تاکو لە نێوگەلانی جیهاندا نزیکایەتی و لێکحاڵیبوونی زیاتر بهێنرێتە دی بەبێ ئەوەی پێویست بەتاکە زمانێکی جیهانی بکات یاخود پێویست بەملکەچ بوون و تەسلیم بوون بۆ هەژموونی زمانێک لە زمانە بەهێزەکانی دونیا بکات وەک زمانی ئینگلیزی . ئێستاکە جیهان سەبارەت بە ئایندەی زمان ڕووبەڕوی دوو ئەگەر دەبێتەوە یان ڕووبەڕووی گونجان و نزیکایەتی زیاتر دەبێتەوە لە ئەنجامی ونبوون ولە ناوچوونی ژمارەیەکی زۆری زمانە لاوازەکان کە ئەمەش لەناوچوونی هەوڵ وماندووبوونی هەزارەها ساڵەی ئەو گەلانە دەگەیەنێت و لەگەڵ دەرکەوتنی جیهانێکی هەژارتر لەڕووی زمانەوانی وکلتورییەوە لەگەڵ ئەوەهەموو پێشکەوتنە تەکنۆلۆژییەی کەجیهان پێیگەیشتووە .یاخود هەندێک لەو زمانانە ئەگەر هەمووشیان نەبێت ئەوانەی بەزمانی لاواز دادەنرێن لەوانەیە بەرگەی ئەو گۆڕانانە بگرن و بەرگری لە خۆیان بکەن لە بەرامبەر بڵاوبوونەوەی زمانی بەهێزی دیکەدا وەک زمانی ئینگلیزی وپارێزگاری لە تەواوکاری کلتوری خۆیان بکەن و هەروەها لەوانەیە هەوڵ بدەن بۆپەرەپێدانی تواناکانیان بەشێوەیەک لەگەڵ گۆڕانە نوێیەکاندا لە جیهانی پەیوەندیکردن و زانیاریدا خۆیان بگونجێنن و لەگەڵ زمانەکانی دیکەدا توانای پێکەوە ژیانیان هەبێت بەمەش یارمەتیدەردەبن تەنانەت ئەگەر بەکەمیش بێت لە بەدیهێنانی لێکگەیشتن و نزیکبونەوەی گەلە جیاوازەکانی دونیا . ئەوەش کەسەرکەوتن دیاری دەکات و بڕیار لەسەر یەکێک لەم دوو ئەگەرە دەدات کارەکانی مرۆڤ خۆیەتی و مرۆڤ بەرامبەر بەمرۆڤایەتی و زمانەکان چی دەکات و چەندە شانازی بەناسنامەی کلتوری خۆیەوە دەکات و درک بەبوعدی گۆڕانەکان کەلەئێستادا بەسەر جیهان دێت دەکات و لەگەڵ توانای خۆگونجاندنیان لەگەڵ ئەم گۆڕانانەی دونیادا.

سێو
گەشە و پێکهاتەی

نوسینی: سەرهەنگ محمد
پسپۆڕی بایۆلۆژی

باکوری خۆرئاوای چیاکانی هەمەلایا بە شوێنی ڕەسەنی سێو دادەنرێت لە جیهاندا، لەوێ ژمارەیەکی زۆر دارستان هەیە کە هەموویان سێوی کێوین. بڕواش وایە شوێنی ڕەسەنی ئەم سێوە ئاساییەی ئەمڕۆ بگەڕێتەوە بۆ ئەو ناوچەیەی دەکەوێتە باشوری قۆقازەوە لەناوچەی گەیلانی فارسی تا نزیك دەریای ڕەش.

ئاشکرایە ئەم جۆرە سێوە لە دوورەگکردنی جۆرەکانی malus syivestris لەگەڵ malus pumlla دا پەیدا دەبێت جگە لە جۆرە کێوییەکانی دیکەی خۆرئاوای ئاسیاو باکوری خۆرئاوای هەمەلایاش. مرۆڤ زۆر لە دەمێکەوە سێوی ناسیوەو ئاشنای بوە، یۆنانیەکان پێش 600 ساڵ پێش زاین ڕواندویانەوە. بڕواش وایە کە سێوی کێوی لە ئەوروپادا پێش ئەم مێژوە بڵاوبۆتەوە کە لە وڵاتەکانی قوقاز وترکستانەوە گوێزرابێتەوە بۆی.

ڕوخساری ڕوەکەکە

درەختەکە لە گەڵا وەریوەکانەوە، کۆمەڵێك گۆپکەی تێکەڵی شێوە هێلکەیی هەڵدەگرێت کە بە گەلێك پولەکە گەڵا دەورە دەدرێن، گەڵاکەی لە جۆری ساکارەو دەمارکردنی ریشاڵیە و لێوارەکانیان وەك مشار داندارە، لە بنکی گەڵاکاندا دوو گوێچکەلەی بچوك هەیە، ڕەنگی گوڵەکانیش لە نێوان سپی بۆ سوری کاڵ یا سوری تۆخدا دەگۆڕێت، گوڵەکان بە شێوەی گلكۆی سنوردار ڕیزبوون، کۆپەرەکانی شێوە گوێی یا هێلکەیی هەڵگەڕاوەن، ژمارەی نێرەك لە نێوان (15–50) دانەدایە، و هێلکەدان نزمە جۆیە (3–5) ژوری تێدایە، بەر رەقەخانەی تێدا نیە، شێوەیان لە نێوان گۆیی تا هێلکەیی بەپێی جۆرەکان لە گۆڕاندایە.

بەر دروزنە بەرە چونکە بەشی گۆشتەکەی لە گوڵە لولەوە پەیدا دەبێت کە ئەویش لە یەکگرتنی بنکەی کاسەو کۆپەرە و نێرەکەوە پەیدا دەبێت، هەرچی بەشە ڕاستەقینەکەشیەتی (هێلکەدان) بریتیە لە بەرگی دەرەوە Exocarp و بەرگی ناوەند Mesocarp و دیواری ناوەوەی هێلکەدانیش دەبێتە بەرگی ناوەوە Endocarp و بەزۆریش شێوە پێستیە و دەوری تۆوەکان دەدات.

ژینگەی لەبار:

1-ڕووناکی:

ڕووناکی کاریگەرییەکی ڕاستەوخۆی لەسەر گەشەی سێو هەیە بۆ ئەوەی ڕەنگی سور وەربگرێت، و ئاشکراشە سێوی سور لە بازاڕدا جێگەی تایبەتی خۆی هەی و نرخەکەشی لەسەر ئاستی سورییەکەی دیاری دەکرێت، تیشکی سەرو وەنەوشەیی کە لە تیشکی خۆردا هەیە کاریگەرییەکی زۆری لەسەر دەرکەوتنی ئەو ڕەنگە سورەدا هەیە،ئەو ناوچانەی دورن لە دوکەڵ و تۆزی کارگەو شوێنە جەنجاڵەکانەوە بە باشترین شوێنی سێو دادەنرێن، هەروەها بڕی ڕوناکی و درێژی ماوەی ڕوناکیەکە بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ کاریگەرییان لەسەر بڕی بەرهەمەکە هەیە، و باشی و چاکی بەرەکەش تا ڕادەیەکی زۆر بەندە بەبڕی ئەو ڕوناکیەی دەکەوێتە سەری.

2-گەرمی

پلەی گەرمی بە تایبەتی لە کۆتایی هاوین و سەرەتای پاییزدا کاریگەرییان لەسەر پەیدابوونی ڕەنگە سورەکەی سێو هەیە. لەبەرئەوە درەختی سێو تاڕادەیەکی زۆر پێویستی بە پلەی گەرمی نزم هەیە لە زستاندا بۆ ئەوەی سوڕی پشوی گۆپکەکانی تەواو بکات پێویستی بۆ سەرما بەپێی جۆرەکە دەگۆڕێت، کە ئەمەش بۆ ماوەی 250-1000 سەعاتی دەوێت کە درەختەکان بەر سەرمادەکەون لە نێوان 32-45 پلەی فەهرەنهایتی‌دا زستانی گەرم کاردەکاتە سەر لاوازی گەشەی درەختەکان و کەمی بڕی بەرهەم، بەڵام لەم ساڵانەی دواییدا توانراوە هەندێک تیرەی تایبەتی سێو بەرهەم بهێنرێت کە تا ئەو ڕادەیە پێویستی بەو پلە نزمانە نەبێت.

3-شێ:

بوونی شێیەکی زۆر لەو ناوچانەی درەختی سێوی تێدایە دەبێتە هۆی بڵاوبوونەوەی نەخۆشییەکانی کەڕوو لەناویاندا و بەوەش درەختەکان توشی نەخۆشی دەبن وەک نەخۆشی گەڕی سێو، ئەوساش پێویست بەلەناوبردنی نەخۆشیەکان دەکات کە ئەوەش بڕی پارەی تێچووی بەرهەم زیاد دەکات.

4-با

بوونی بای زۆر کاریگەرییەکی خراپ دەکاتە سەر درەختی سێو و زۆر جار دەبێتە هۆی شکاندنەوەی لقەکان و پچڕاندنی گەڵاکانی و کەوتنە خوارەوەی بەرەکەی بە تایبەتی ئەگەر تازەبێت و باکەش گەرمای پلە بەرزی لەگەڵدا بێت. ئەمە سەرەڕای بریندار بوونی بەرەکە بەهۆی خۆکێشان بەیەکتری یا بەلق و پۆپەکاندا کە دەبێتە هۆی هاتنە خوارەوەی نرخەکەی لە بازاڕدا.

جگە لەمانەش بای زۆر دەبێتە هۆی وشک هەڵگەڕاندنی درەختەکە بەهۆی زۆربوونی کرداری هەڵمینەوە بۆ چارەسەری ئەمانە واباشە لە شوێنی هاتنی ڕەشەباوە باگێڕ windbreaks دابنرێت کە دەبێتە هۆی گەڕاندنەوەی با.

pH-5

باشترین کارلێکی خاک بۆ ڕووەکە کە لە کاتێکدایە کە (pH)ە کەی لە نێوان (6-7)دا بێت واتە کەمێک ترش یا هاوتابێت. درەختی سێو تاڕادەیەک بەرگەی خاکی تفتیش بە پلەی کەم دەکات، لەمەشدا سێو لە دوای مێو و هەنجیر و بادەم و هەرمێوە دێت.

پێویستە درەختی سێو بە قوڵاییەکی باش بڕوێنرێت بەشێوەیەک کە لە 1.20-1.50 مەتر کەمتر نەبێت بەڵام نابێت خاکەکەی لەو خاکانەبێت کە ئاو تیایدا نەمێنێت، بۆیە باش نیە درەختی سێو لە خاکی لمی‌دا بڕوێنرێت.

هەروەها خاکی قوڕی قورس کە ئاو بە هیچ جۆرێك لێی دەرناچێت نابێت درەختی سێوی تیادا بروێنێت چونکە دەیکوژێت. جگە لەمانەش پێویستە لە خاکێکدا نەروێنرێت کە تاوێر و تاشەبەردی گەورەی لەژێر خاکەکەدا تێدایە چونکە ئەوە گەشەی ڕەگەکانی ناهێڵێت.

واتە باشترین خاك، خاکێکی قوڕی سوکە کە بەتەواوی گەشەی تیادەکات و ڕەگەکانی تێدا بڵاودەکاتەوە.

ڕێگاکانی ڕواندن:

1-تۆو:

ڕواندن بە تۆو کارێکی باش نیە بۆ سێو چونکە زۆربەی جار ئەو درەختەی پەیدا دەبێت بە تەواوی ناچێتەوە سەر ئەو دایکەی تۆوەکەی لێ وەرگیراوە بەهۆی کردارەکانی جیابونەوەی گەمیتەکان. بۆیە ئامۆژگاری بەکارهێنانی ئەم ڕێگایە ناکرێت تەنها لەوکاتانەدا نەبێت کە بویسترێت جۆری نوی بەپێی پرۆگرامەکانی پەروەردە و چاککردن بهێنرێتە ئاراوە.

و ئەو شەتلانەش کە بە ڕێگای تۆو دێنە ئاراوە زۆرباش نین و تائێستاش شەتڵگەی باش لە کوردستاندا نیە بۆ ئەوەی پەرە بە شەتڵی سێو بدات و لە سەر ئاستی بازرگانی بڵاوی بکاتەوە.

ئەگەر ویسترا وا باشە تۆوەکان لەسەرەتای بەهاردا بەڕیز بچێنرێن کە هەر ڕیزێك نزیکەی 5–10سم لەوی دیکەوە دوربێت و تۆوەکان بە قوڵایی یەك سەنتیمەتر بچێنرێت و بە گڵێکی پاکژ لە بەردو تۆپەڵە قوڕی ڕەقەوەبوو داپۆشرێن، و زۆر بە ڕێکوپێکی ئاو بدرێن، واباشترە ئاودان بەردەوام و بەڕێگەی دڵۆپ بێت.

پێویستە تەمەنی شەتڵی پەیدا بوو ساڵێك بێت و لە شەتڵگەکەدا لە مانگی کانونی دوەم یا شوباتدا بچێنرێت، لە پاشدا لە مانگی ئاب یا ئەیلولدا موتوربە بکرێت بەو جۆرەی کە دەمانەوێت و تا بەهاری داینەدە دەیهێڵینەوە، لە پاشدا لە سەرو گۆپکە موتوربەکراوەکەوە بە نزیکەی یەك سەنتمتر دەبرێت بۆ ئەوەی گۆپکەی بنەڕەتی خۆی گەشەنەکات و تەنها گۆپکە موتوربەکراوەکە گەشەبکات، شەتڵەکان بۆ ماوەی ساڵێك لە شەتڵگەکەدا دەهێڵرێنەوە لە پاشدا دەبرێن بۆ ئەو شوێنەی دەمانەوێت تیایدا بروێنێن گەلێك لە شەتڵگە جیهانیەکان تۆوی جۆرێك لە سێوی کێوی دەروێنن کە پێی دەوترێت Franch crab ئەم جۆرە لە قەبارە و هێزی گەشەیدا جیاوازە، لەبەرئەوە ئەو گۆپکە موتوربەکراوانەی دەخرێنە سەری لەگەشەیاندا جیاواز دەبن، لە پاشدا لە ڕێگەی برینەوە تەنها ئەو لقانە دەهێڵرێنەوە کە باشن و ئەوانی دی دەبڕێنەوە.

2-براڵە:

دەتوانرێت سێو بە هۆی براڵەوە زۆر بکرێت کە بریتیە لە گەشەی گۆپکەیەك نزیك بەخاك و لە پاشدا ڕەگ و قەد دروست دەکات، و لە پاشدا ئەم لقانە بەرەگەکانیانەوە دەبڕێن و لە دایکیان جیادەکرێنەوە و لە مانگی کانونی دوەم یا شوباتدا دەروێنرێن، و لە دوایدا لە مانگی ئاب یا ئەیلولدا موتوربە دەکرێن بەهەر جۆرێك کە بویسترێت. بەڵام ئەگەر جۆرە بنەڕەتیەکە حەز لێ کراوبێت وەك خۆی دەهێڵرێتەوە بێ موتوربە چونکە براڵە نابێتە هۆی گۆڕان لە جۆردا.

3-قەڵەم:

بریتیە لە بڕینی قەدێك کە 2–3 گۆپکەی پێوەبێت درێژییەکەی لە 12–15 سم زیاتر نەبێت بەڵام ڕواندنی سێو بە هۆی قەڵەمەوە کەمێك گرانە، پێویستە شێ بۆ بپارێزرێت بە ئاودانێکی ڕێکوپێك بۆ ئەوەی بە باشی ڕەگ بکات. و دەتوانرێت ڕێگەی دڵۆپ بەکاربهێنرێت بۆ ئاودان. دەشتوانرێت هەندێك هۆرمۆنی وەك ئەندۆلە ترشی بیوتریك بۆ ئەم مەبەستە بەکاربێت.

4-موتوربە:

لەم ڕێگایەدا دەتوانرێت هەر جۆرێکی حەز لێکراو بەشێوەی گۆپکە یا قەدی بچوکەوە موتوربە بکرێنە سەر جۆرێکی دی و ئەم ڕێگایەش تاڕادەیەکی باش سەرکەوتووە

5-زۆرکردن بەهۆی چاندنی شانەوە cultural tissue چەند بەشێکی تایبەتی لەقەد یا لە ڕەگی درەختەکە وەردەگیرێت کە بریتین لە چەند شانەیەك و بە جیا گەشەیان پێ دەکرێت لە میدیای تایبەتی‌دا تا بە تەواوی گەشە دەکەن، ئەوسا دەگوێزرێنەوە بۆ ناو ئینجانە و بۆ ماوەیەك گەشەیان پێ دەکرێت تا دەبن بە شەتڵ، ئەوسا شەتڵەکان بەرەو شوێنی تایبەتی دەبرێن.

ئامادەکردنی زەوی:

پاش دیاریکردنی شوێنی دیاریکراو بۆ دروستکردنی بێستانێك لە دارسێو، زەویەکە بەباشی دەکێڵرێت بۆ ماوەی

دووجار یا سێ لە پاشدا نەرم دەکرێتەوە و ڕێک دەکرێت، لە پێش کێڵانەکەشدا پێویستە زەویە کە بە تەواوی لەبەردو هەموو شتێک پاککرابێتەوە. دەتوانرێت لەو ماوەیەدا زەویەکە بەمێزبکرێت بەهۆی ڕواندنی ڕوەکە پاقلەییەکانەوە وەک وێنجە و هی دی، دەشتوانرێت بەهۆی پەینی ئاژەڵیەوە زیاتر بەمێزبکرێت.

ڕواندنی شەتڵەکان:

1-ڕێگەی چوارگۆشە square method

لەم ڕێگەیەدا شەتڵەکان بەجۆرێک دەچێنرێت کە هەر چوار دانەیان شێوەی چوارگۆشەیەک دروست بکەن، بەشێوەیەک کە هەر شەتڵێک لە گۆشەیەکی چوار گۆشەکەدا بێت. لەم ڕێگەیەدا داپاچین و ئاودان و لەناوبردنی نەخۆشیەکان و مێروەکانی ئاسان دەبێت.

2-ڕێگەی پێنجیQuincunx Method

بە تەواوی هەر لەڕێگەکەی سەرەوە دەچێت بەڵام شەتڵێک دەخرێتە چەقەکەیەوە بۆ ماوەیەک کە لە دوایدا دەتوانرێت لابرێت.

3-ڕێگای شەش یا سیانی Hexagonal or Triangular Method

لەم ڕێگایەدا هەر شەتڵێک دەخرێتە گۆشەیەکی شێوە شەش لایەکەوە و یەکێکیش دەخرێتە چەقەکەیەوە.

چاودێری:

مەبەستی سەرەکی لە چاودێری و خزمەتکردنی بێستانەکە پارێزگاریکردنیەتی بۆ ئەوەی بەپیتی بمێنێتەوە ئەوەش بەوە دەبێت کە بەردەوام پەینی ئاژەڵی تێبکرێت، هەروەها پارێزگاری پاکو خاوێنیەکەی بکرێت و زوو زوو پاک بکرێتەوە و نەهێڵرێت گژوگیای زیادەی تیادا بڕوێت.

پەیینکردن:

لە مانگەکانی تشرینی یەکەم و دووەم دا دەتوانرێت پەینی ئاژەڵی بە زەویەکەوە بکرێت کە تا ڕادەیەکی باش لەگەڵ پەینی کیمیایی تێکەڵ کرابێت بەڕێژەیەک کە لەگەڵ تەمەنی دارەکان دا بگونجێت. وا باشترە گۆگردی کشتوکاڵ بۆ هەر دارێک بە تێکڕای 200گرام بۆ تەمەنی 1–2 ساڵی بەکاربێت و 300 گرامیش بۆ تەمەنی 3–5 ساڵ تا دەگاتە 500 گرام تەمەنی 5 ساڵی.

دەشتوانرێت زەوی ئەوێ سلفاتی مەگنسیۆمی پێوەبکرێت.

هەڵپاچین:

ساڵانە دارسێو پێویستی بە هەڵپاچین هەیە کە ئەوەش دەبێت لە نیوەی دواوەی تشرینی دووەمدا بێت تا دەگاتە سەرەتای کانونی دوەم. ئەگەر هەڵپاچینی زستانەی بۆ نەکرێت ئەوا ئەوساڵە بەری کەم دەبێت.

کۆکردنەوەی بەر:

بایەخ نەدانی تەواو بە کاتی کۆکردنەوەی بەر برێکی زۆری بەرەکە لە دەست دەچێت، چونکە ئامانجی یەکەمی هەموو بەرهەم هێنەرێک بریتیە لە کۆکردنەوەی بەر و گەیاندنی بە بەکارهێنەر هەروەها لێکردنەوەی زووش دەبێتە هۆی بەرهەمهێنانی بەرێک کە جۆرەکەی باش نیە و بەرگەی هەڵگرتن ناکات و پێستەکەی چرچ دەبێت و توشی گەلێک لە نەخۆشیە فسیۆلۆژییەکان دەبێت وەک

ئەو گەرییەی لە هەڵگرتنەوە پەیدا دەبێت و ڕەنگی کرۆکەکەی قاوەیی هەڵدەگەڕێت کە پێی دەوترێت Brown corn و بریسکەکەشی نامێنێت.

ڕێگاکانی لێکردنەوەی بەری سێو:

بەری سێو بە دەست لێ دەکرێتەوە ئەگەر مەبەست لە بەکارهێنانی بێت بە تازەیی یا دەتوانرێت بە ڕێگای میکانیکی لێ بکرێتەوە ئەگەر بۆ مەبەستی پیشەسازی بێت.

باشترین ڕێگای لێکردنەوە بەدەست بەوە دەبێت کە بەرەکە بە دەست بگیرێت بە شێوەیەک کە پەنجە گەورە بەر ملی بەرەکە بکەوێت ئەوسا بەرەکە بۆیەک لا دەبرێت و کەمێکیش با دەدرێت ئەوسا لە لقەکەی دەکرێتەوە، بەرەکان لەسەر یەکتری هەڵدەچنرێن بەڕوی ملدا بۆ ئەوەی هۆکارەکانی نەخۆشی نەچنە ناوییەوە.

وباشە لەگەڵ لێکردنەوەیاندا ببرێنە شوێنی هەڵگرتن واتە لە کێڵگەدا نەمێلرێنەوە.

هەڵگرتن:

دەبێت شوێنی هەڵگرتن نزیک بێت لە شوێنی بەکارهێنانەوە، هەروەها وباشە هەر سێوێك بەو کاغەزە بپێچرێت کە پێی دەڵێن Oiled paper بۆ ئەوەی توشی میکرۆب و نەخۆشی نەبن.

لە شوێنی هەڵگرتندا دەبێت ئەو سێوانەی بریندارن یا زیانێکی میکانیکیان لێکەوتووە یا تووشی دەردەکانی مێرو یا میکرۆب بون لابرێن و لەو ناوچە دوربخرێنەوە، تەنها ئەوانە هەڵبگیرێن کەساغ و پاك و جوانن.

بە زۆری بەری سێو لە شوێنێکی تایبەتیدا هەڵدەگیرێت کە پێی دەوترێت خانەی هەڵگرتن House packing. و بەزۆریش وباشە ئەو جۆرە خانانە لەناوچەیەکی پڕ لە دارو درەختدابن.

ئەو کارانەی لە شوێنی هەڵگرتندا دەکرێن.

1-بەتاڵکردنەوەی ئەو سندوقانەی سێوەکانیان تێدا هێنراوە.

2-خێرا ساردکردنەوەی بەرەکان.

3-شتنەوەی بەرەکان و سڕین و وشککردنەوەیان.

4-پێوەکردنی هەندێك لەناوبەری مێرو میکرۆب لە کاتی هەڵگرتن یا بازاڕکردندا.

5-ڕزگاربوون لەوبەرانەی بێکەڵکن.

6-مێو لێدان.

7-جیاکردنەوەی بەرەکان بەپێی قەبارەیان.

8-خستنەناو ئەو پاکەت و سەبەتە و سندوقانەی بۆیان ئامادە دەکرێت.

9-بردنی سندوقەکان بەرەو بازاڕ.

کەوتنە خوارەوەی بەر

هەندێك جار دەبینرێت کە بەرەکانی دارسێو پێش پێگەیشتن هەڵدەوەرێن، هەڵوەرینی بەر مانای وایە بڕی ئۆکسید لە دارەکەدا کەمە چونکە چەند بڕی هۆرمۆنی ئۆکسید کەم بێت ئەوەندە بڕی بەری کەوتوو زیاتر دەبێت و ئەوەش دەبێتە هۆی زیانێکی زۆر.

ئێستا هەندێك ئاوێتەی تایبەتی هەیە کە یارمەتی وەستاندنی ئەم کەوتنە دەدات وەکو ئاوێتەی 2.4.5-T.P دەتوانرێت بپرژێنرێت لەبەری سێوەکە بەڕێژەی 10-20 لەملیۆنێکدا و یەکێك لەخسڵەتە باشەکانی ئەم ئاوێتەیە بەردەوامی کاریگەرییەکەیەتی پاش پرژاندن بۆ ماوەی نزیك پێنج هەفتە.

جێی ئاماژەیە بەکارهێنانی ئەم ئاوێتەیە دەبێتە هۆی ئەوەی بەرەکان زوو پێ بگەن. دەشتوانرێت ئاوێتەی نەفتالین ئەسیدیك ئەسید N.A.A بۆ ڕاوەستاندنی کەوتنی بەرەکانی دارسێو بە سەرکەوتوی لە زۆر حاڵەتدا بەکاربێت.

چۆن دەزانین سێوەکان پێگەیشتون؟

زوو لێکردنەوەی سێو، بێ تامی دەکات و زیانێکی زۆر بەتام و بۆنە و بەرامی دەدات و دەبێتە هۆی پەیداکردنی گەلێك نەخۆشی فسیۆلۆژی بۆی، هەروەها دواکەوتن لە لێکردنەوەی بەرەکە وای لێ دەکات توشی گەنین و تێکچون و گرتنی گەلێك نەخۆشی ببێت، سەرەڕای ئەوەی بە کەڵکی هەڵگرتن نامێنێت.

دەتوانین بەم خاڵانەی خوارەوە بزانین کە سێوەکە پێ گەیشتوە یان نا؟

1-<u>ڕەنگ:</u> وردە وردە دیارنەمانی ڕەنگە سەوزەکەی و گۆڕینی بۆ ڕەنگە دیاریکراوەکەی جۆرەکەی (وەکو زەرد یا سور) ئەوە بەڵگەیە بۆ ئەوەی کە بزانرێت پێگەیشتن نزیك بۆتەوە.

2-<u>گۆڕینی ڕەنگی تۆوەکان</u>

ڕەنگی تۆوی سێو لە کاتی پێگەیشتن دا لە ڕەنگی سەوزەوە دەگۆڕێت بۆ سپی یا بۆ زەرد یا بۆ قاوەیی.

3-<u>ئاسانی لێ کردنەوە:</u>

بەری پێ گەیشتوو بە ئاسانی لە لقەکەی دەبێتەوە، چونکە چینی جیابونەوە لە لاسکەکەی دا دروست دەبێت

بەپێچەوانەوە ئەگەر پێ نەگەیشتبو لێ کردنەوەی ئاسان نیە و زۆر جار لق و لاسکەکەی لەگەڵ خۆیدا دەهێنێت و هێزێکی زۆری دەوێت بۆ لێکردنەوەی.

4-<u>پلەی ڕەقی بەرەکە:</u>

زانینی ڕەقی یا نەرمی بەرەکە هەنگاوێکی باشە بۆ ئەوەی بزانرێت پێ گەیشتوە یان نا ئەوەش بەوە دەکرێت کە یا بەپەنجە پەستانی بخرێتە سەر ئەگەر کەسەکە شارەزابو یا

بەئامێری پەستانی تاقیکەیی Pressure Tester لێنۆڕینی بۆ بکرێت.

5-ئەژمارکردنی تەمەنی بەرەکە:

دەتوانرێت لە هەندێک جۆری سێودا لە ڕۆژی گوڵکردنییەوە تا پێ گەیشتنی بەرەکە ئەژمار بکرێت و بۆ ئەمەش خشتەیەکی تایبەتی هەیە کە تەمەنی پێ گەیشتنی هەموو جۆرەکانی تێدایە کە دەکەوێتە نێوان 125-150 ڕۆژەوە.

6-پلەی دیارنەمانی نیشاستە:

چەند سێوەکان بەرەو پێگەیشتن بچن ئەوەندە بڕی نیشاستە تیایاندا کەم دەبێتەوە و دەگۆڕێن بۆ گلوکۆز، دەتوانرێت ئەمە بەهۆی گیراوەی یۆدیدی پۆتاسیۆمی تواوەوە

(Potassium io.dide) بزانرێت.

7-خەملاندنی ڕێژەی مادەی تواوە تیایدا:

لەرێگای ئامێرێکەوە کە پێی دەوترێت (رافر کتومتر)ەوە دەتوانرێت ڕێژەی مادە رەقە تواوەکانی ناوی بزانرێت. بەزۆری بەری پێ نەگەیشتو تامی ترشە و مادەی نیشاستەیی زۆری تێدایە بە پێچەوانەی بەری پێ گەیشتوەو کە ڕێژەی شەکر تیایدا زۆرە.

جۆرەکانی سێو:

یەکەم-جۆرە جیهانیەکان: ئەمانە زۆرترین جۆرە ناسراوەکانی سێوی جیهانی دەگرنەوە کە لە ئەوروپا و ئەمریکا و ناوچەکانی دەریای سپی ناوەڕاستدا بڵاوبونەتەوە و دەتوانین بە پێی ڕەنگیان بیانکەین بەمانەوە:

أ-جۆرە سورەکان: گرنگترینیان:

دیلیش Delicious، ستار کینگ Star King، ریچارد دلیش، واینساپ Winesap، جوناسان Jonathan، بولد وین Boldwin، ستیمان Stayman، روم بیوتی Rome beauty، وێلسی Wealthy، بن دیڤیز Ben Devis، یۆرك ئیمپریال York imperial، ماکنتوش Mekntosh.

ب-جۆرە زەردەکان:

گرنگترینیان: گولدنGrines golden، نیوتاونYellow new town، ترانسپارنت transparent Yellow، رود ئایلاندRode Island Greening، گولدن دیلیش Golden Dellecious.

3-جۆرە زەردە سەوز باوەکان یا سورەکان وەك: کرمنشتاین، کاتی سارك، فالمور، گرنگترین ئەو جۆرانەی لە کوردستانی باشور سەرکەوتوبن ئەمانەن:

گۆڵدن دلیتش، ستار کنك، دلیتش، ریچارد دلیتش، کرمشتاین، سوری هاوینەیی،

دووەم: جۆرە خۆماڵیەکان:

1-شەرابی: سێوەکە لە کاتی پێگەیشتنی تەواوی دا ڕەنگی سپیە بەڵام لەو ناوچەیەی کە شێی زۆرە بەرەکە لایەکی ڕەنگی سور دەبێت لەبەرئەوە وەکو دووڕەنگ دەردەکەوێت و هەندێك جاریش هەندێك لای ئەرخەوانی دەبێت. بەرەکە زۆرتر درێژ باوە قەبارەی ناوەند یا گەورەیە، توێکڵەکەی تەنکە کەمێك مەزرە، کرۆکەکەی سپی فشەڵە، بۆشایی ملی بەرەکە قوچەکیە، هەرچی بۆشایی بنکەکەشی هەیە، قوچەکێکی ناتەواوە. بەزۆری ئەم جۆرە لە ناوەڕاستی عیراق دا هەیە و لە حوزەیراندا پێ دەگات و لە جۆرە باشە هەزلێ کراوەکانە، بەڵام هەندێکیان توشی مێروی گەزۆی لۆکەیی دەبن.

2عەجەمی:

ڕەنگی بەرەکە سپیەکی بریقەدارە، شێوەکەی خڕە، لایەکی کەمێك تیژە، قەبارەی ناوەندە، توێکڵی تەنکە، تامێکی شیرینی هەیە لەگەڵ کەمێك ترشی. کرۆکەکەی سپی فشەڵە، بەرگەی گواستنەوەو هەڵگرتن ناگرێت. و لەناوچەی ناوەڕاستی عیراق زۆر بڵاوە، لە نیوەی دووەمی مانگی مایسدا پێ دەگات.

3-کوفی: ڕەنگی بەرەکە سەوزی کاڵەو ئاراڵمێك تێکەڵ بەزەردی کاڵ دەبێت، و خڕە وەك لە هەردو لاوە پەستانی خرابێتە سەر وایە، قەبارەی مام ناوەندە هەندێك خاڵی

سەوزی تۆخی تێدایە کە تاڕادەیەك ئەستورن، تامی شیرینە لەگەڵ بوونی ترشییەکی خۆش. کرۆکەکەی سپی فشەڵە
ئەم جۆرە توانای بەرگری مێرووی گەزۆی لۆکەیی هەی. لەناوچەکانی ناوەڕاستی عیراق زۆرە.

4-شەکری: بەرەکە زەردی سەوز باوە، شێوەی قوچەکیە، تاڕادەیەك ناوەندە لەقەبارەدا هەندێکیان گەورە دەبن، تامی شیرینە، کرۆکەکەی سپی فشەڵە، بۆشایی ملی زۆر قوڵ نیە، بەڵام بۆشایی بنکەکەی قوڵە. لە خواروی عیراق زۆرە.

5-ترشەلەك-ڕەنگی بەرەکە زەردە، بەرەو ڕەنگی ئەرخەوانی دەڕوات، شێوەی خڕەو لە هەردوولاوە پانە، تامی تاڕادەیەك ترشە. بۆشایی ملی ناوەندە، بەڵام بۆشایی بنکەکەی تەسکەو ئەم جۆرە لە سەرەتای حوزەیراندا دەڕوێت، لەناوچەی هیت لە عیراقدا زۆرە.

هەندێك جۆری تایبەتیش لە کوردستاندا هەیە وەك سێوە لاسورە، شەکرە سێو، ترشە سێو، شاسێو، مزەسێو، خڕەسێو، کە هەندێکیان لەوانەی سەرەوەیە و گۆڕانێکی کەمیان بەسەردا هاتوو یا لە جۆرەکانی فولۆس و ئەستراخان و ئەوانی دین.

هەندێك تێکچوونی فسیۆلۆژی سێو

__1-تەڕی ناوچەیی__

بریتیە لە پەیدابونی تەڕییەك لە ناوچەیەکی بەرەکەدا کە بەزۆری نزیك لوتکەکەی دەبێت و ڕەنگی ئەو ناوچەیە ئاوەیی دەبێت، بەزۆری ئەم گۆڕانە بەهۆی زۆربوونی دوانۆکسیدی کاربۆنەوە روو دەدات.

__2-تۆخ بوونی ڕەنگ__

پەیدابونی هەندێك پەڵەی ڕەنگ تۆخە لەسەر توێکڵی سێوەکە و کە بەپێی جۆرەکان دەگۆڕێن.

دەردەکانی سێو

سێو وەك گەلێکی دی لە میوەکان تووشی هەندێك دەردو بەڵای میکرۆبی و نەخۆشی تایبەتی دەبێت بەزۆری ئەمانە هەندێکین لەو نەخۆشیانەی توشی سێوی کوردستان و عیراق دەبن.

1-کرمی سێو: Carpocapsa Permonella

بەزۆری ئەمە کرمۆکەی مێروەکەیە و لە ناوچەیەکی تایبەتی سێوەکەن بڵاودەبێتەوەو بەرەکە کون دەکات دەگاتە تۆوەکەی و لەسەری دەژی. کرمۆکەکە بەزۆری سپی یا زەرد. یا سپی زەرد باوە، سەری ڕەش و گەورەیە درێژییەکەی دەگاتە 2.5 سم.

ئەم دەردە بەهۆی دەرمانی سیڤن 85٪ بە بڕی 6کم لە هاراوەکەی لە ناو گالۆنێك ئاودا. یا مادەی لیاسیە 50٪ بە بڕی 10 سم^{3} لە شلەکەی لە گالۆنێك ئاودا چارەسەر دەکرێت.

2-کرمی قەدەسێو Zeozera pyrina کرمۆکەکە قەدی دارسێوەکە کون دەکات و دەبێتە هۆی وشکبوونەوە و هەڵوەراندنی قەدەکان. ئەم کرمۆکەیە بە هۆی گیراوەیەك لە دوانۆ گۆگرتیکی کاربۆن و پارا کلۆرۆنیزین چارەسەر دەکرێت لە پاشدا گرتنی کونەکە بە مێو و دەشتوانرێت ئەو قەدو لقانەی زیانیان پێ کەوتوە ببڕێن.

3-کرمی گەڵا سێو.

کرمۆکەیەکی تۆخی سووربباوە، تیسکێکی زۆری پێوەیە درێژیەکەی دەگاتە 4 سم لەسەر گەڵاکان دەژی.

بەهۆی دەرمانی سڤن 85٪ بەبڕی 5 کم لە گالۆنێك ئاودا چارەسەر دەکرێت.

4-سورە جاڵجاڵۆکە Eriopnyes pyri

ئەم جۆرە جاڵجاڵۆکەیە لەسەر ئاوگی ڕوەکەکە دەژی و دەبێتە هۆی وشکهەڵگەڕانی گەڵاکانی و کەوتنیان و بەرەکەش دەشێوێنێت و درزی ورد وردی تێ دەکات لە کۆتایی زستاندا بەهۆی (تلسین 81.5٪) وە چارەسەر دەکرێت بەبڕی 10سم^{3} بۆیەك گالۆن ئاو لە سەرەتای بەهاردا کاتێك گەڵاکان دەردەکەون.

5-گەڕی سێو Apple scab

دروستبونی پەڵەی ڕەشی گەورەیە لەسەر گەڵاو گوڵ و لقە سەوزەکان و دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی بەرەکە و وای لێ دەکات بە کەڵکی خواردن نەیەت.

چارەسەری بەهۆی پرژاندنی کاتبان بە بڕی 35سم^{3} لە گالۆنێك ئاودا یا سلفوتێت بە ڕێژەی 35سم^{3} لە گالۆنێك ئاودا دەبێت پرژاندن یەکەم لە نیوەی یەکەمی شوبات دا دەبێت هەر 2–3 هەفتە جارێك دوبارە دەکرێتەوە.

6-گرێبونی کلاوە Crown gall

بەهۆی بەکتریایەکەوە دەبێت پێی دەوترێت Bacterium tumefaciens کە دەبێتە هۆی دروستکردنی وەرەمی گۆی لەناوچەی کلاوەی سێوەکە و ڕەگە سەرەکی و

ئاسەرەکیەکانی بۆ بەرگری لەم کرمە موتوریەکردنیەتی بەو جۆرانەی بەرگری ئەم دەردە دەکەن.

7-گەروە ڕەشە Black rot

دەرکەوتنی برین و پەڵەی ڕەشی تۆخە کە هەندێك بازنەی قاوەیی دەوری داوە، توشی گەڵاو لق و قەدەکان دەبێت، بەرەکەشی بۆگەن دەکات و وشك دەبێت و دەکەوێت.

8-گەزوە لۆکەیی Wooly aphls

کرمۆکەی مێرویەکە ڕەنگەکەی سوری تۆخە ناوە زانستیەکەی Eriozoma lanigerum ە دەردراوێکی زۆری میوی قەیفەی دەردەدات لەسەر شێوەی دەزولەی سپی وەك گەندەپەڕ، حەز لە مژینی ئاوگی ڕوەکەکە دەکات و گەلێك وەرەمی گەورەی توش دەکات. چارەسەری بەهۆی ڕژاندنی دەرمانی ملاسیون 50٪ بەبڕی 6سم^3 بۆ گالۆنێك ئاو دەبێت یان بەهۆی دەرمانی کوزاسیون 40٪ بەڕێژەی 5 سم^3 بۆیەك گالۆن ئاو.

بایەخی سێو:

سێو وەك خۆراکێکی بەسود دەخورێت و مادەی زۆر بەسودی تێدایە کە یارمەتی ئارەزووکردنی خۆراك دەدەن و ڕیخۆڵە چالاك دەکەن هەستکردن بە شەکەتی و ماندوێتی لادەبەن، سودێکی زۆری بۆ بەهێزکردنی دڵ هەیە. ئاودەم پاك دەکاتەوە و دەنگ ئاسك دەکاتەوە و تینویەتی نامێڵێت و جگەر و گەدە بەهێز دەکات و هەستی دڵ تێکەڵهاتن و ڕشانەوە لادەبات.

*گەلێك ڤیتامینی بەسودی تێدایە وەك ڤیتامین A و B و C هەر 100 گرام لە سێو 50–100 یەکەی جیهانی لە ڤیتامین A و 400 یەکە لە ڤیتامین B و 200 یەکە لە ڤیتامین B2، 10–20 ملیگرامی لە ڤیتامین C تێدایە.

ڕێژەی پرۆتین لە سێودا بەرزە دەگاتە ڕێژەی 0.3٪ و زۆرترینی ئەو ترشە ئەمینیانەی تیایدایە بریتین لە لیسین و ئەرجنین، کە دوو ترشە ئەمینی زۆر گرنگن لە خواردندا، مێزو توانا بەجەستە دەبەخشن و جێگەی ئەو مادانە دەگرن کە لەناوچون و بە شێکیشیان لە جگەردا هەڵدەگیرێت.

*ڕێژەیەکی باش کاربۆهیدرەیتی تێدایە بە تایبەتی شەکرەکان وەك دکستروز کە بەبێ شیبوونەوە لە ڕیخۆڵەکانەوە دەمژرێت و بەهۆی خوێنەوە دەگاتە هەموو بەشەکانی لەش و وزەی پێویست بۆ جەستە پەیدا دەکات.

*ڕێژەی چەوری لە سێودا دەگاتە 0.4٪، گەلێك توخمی بە کەڵکیشی تێدایە وەك فۆسفۆر و کالسیۆم کە ڕێژەیان دەگاتە 0.25٪–0.26٪.

*بە ڕێژەیەکی کەمیش ئاسنی تێدایە و لە هەندێك جۆریشیاندا ڕێژەیەکی کەم ئایودین هەیە.

*یارمەتی مژینی کالسیۆم لە ریخۆڵەدا دەدات هۆی ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ یەکگرتنی لەگەڵ ئەو ترشانەی تێدایە بەوەش ئاوێتەیەکی زیندو پێکدەهێنێت لە ئاوگی هەرسدا دەتوێنێتەوە.

سێو دادەنرێت بە سەرچاوەیەکی هەرە گرنگی پەکتین کە ڕێژەکەی دەگاتە 5٪ کە ڕیخۆڵە لە هەوکردن دور دەخاتەوە، پەکتین دەبێتە هۆی مژینی بڕێکی زۆر ئاو بۆ ناولەش. لەبەر ئەوەیە سێو بە ڕەوانکەرێکی سروشتی دادەنرێت، سەرەڕای ئەمانە سێو ترشی یۆریکی تێدایە کە ژەهر لە لەشدا نامێڵێت بەهۆی کرداری هاوکێش کردنەوە، هەرلەبەر ئەوەیە شەربەتی سێو دژی ئەو ژەهرانە بەکاردێت کە لەوانەیە ببنە هۆی پەیداکردنی وەرەمە شێرپەنجەییەکان.

*بەهای گەرمی سێو لە هەر 100گرام لە سێودا دەگاتە 64 کالۆری.

*سێو گەلێك ترشی ئەندامی تێدایە بەتایبەتی ترشی مالیك کە ڕێژەکەی دەگاتە 1٪ هەروەها ترشی تانیك کە دەبێتە هۆی تام تفتی سێوی پێنەگەیشتوو. و لە سێوی پێگەیشتوودا ترشی ستریك و ئایزوستریك هەیە ئەمەی دواییان ڕۆڵی هەیە لەو مۆمەی دەوری بەرگ دەدات

*سێویارمەتی هەرسکردن دەدات ،چونکە ئەو ترشەئەندامیانەی تێدایە ،یارمەتی گەدە دەدەن بۆ ئەوەی کاری خۆی بەباشی بکات، هەروەها ئەو ترشانە یارمەتی هەرسکردنی پەنیرو گۆشت و شیر

دەدەن،هەروەها سێو یارمەتی سەرکەوتن بەسەر سەرمابردندا دەدات چونکە لەش پڕەکات لە ڤیتامین A ترشی یۆریك ئەمانە یارمەتی لینجە پەردە دەدەن بۆ دروست کردنی مادەی

لایسوزایمlysozime کە کوژەرێکی باشی میکرۆبە ،کەلە لینجە پەردەکانی جۆگەی هەرسدایە،

سێو دەبێتە هۆی پاراستنی دانەکان و هێشتنەوەیان بە ساغی و خواردنی دەبێتە هۆی بەهێزکردنی پوك و پاکردنەوەی نێوان دانەکان و بۆنی دەم خۆش دەکات.

*هەمیشە لەش پڕت دەکات لە کالسیۆم کە دەبێتە هۆی پتەوی ئێسك ودانەکان وناهێڵێت توشی کلۆری ببن، بەهۆی بوونی ئەو چەند ترشە رونانەش کەتیایدایە یارمەتی لابردنی ئەو بۆیانە دەکەن کەروی دانەکان دادەپۆشن.

سەرچاوەکان:

1-Forshey C.G. 'Production efficiency of a large and small –Mcintosh- apple tree'. New York 2002 pp164-165.

2-British Columbin Ministry of Agriculture and Food.

-Tree- Fruit Production guide for commercial growers 2001 ISSN pp116-143.

3-Crocker, T. E. and W.B.Sherman. "The Apple" Univ. of Fla 1988 pp232-243.

4-د. جبار حسن نعیمی، د. یوسف حنا (انتاج فاكهة نفضية)، جامعة البصرة 1980.

5-علی الدجوي (موسوعة زراعة و انتاج نباتات الفاكهة) الكتاب الثاني: الفاكهة متساقطة الاوراق. مكتبة مدبولی – القاهرة 1997.

6-د. صالح عباس ، د. عادل خضر (انتاج الفاكهة التفاحية)، بلا.

مۆزیك
پەستانی خوێن دادەبەزێنێت.

توێژینەوەیەکی نوێ ئاشکرایکرد مۆزیك بەشێوەیەکی تێبینیکراو یارمەتی دابەزینی پەستانی خوێن و هەستکردن بە شەکەتی، لەکاتی نەشتەرگەرییەکانی چاوداو بۆ کەسانی بە تەمەن دەدات

د. کارن ئالن لە زانکۆ بافلو لە نیویورك سەرپەرشتی توێژینەوەکەی کردو رایگەیاند بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن لەکاتی ئەم جۆرە نەشتەرگەرییانەدا زۆر گرفتێکی گەورەیە چونکە لەوانەیە نەخۆشەکە توشی سەکتەی دەماغ یان نۆرەی دڵ بێت، بۆیە وا باشە باری دەروونی ئارام بێت.

لێکۆڵینەوەکە چل نەخۆشی پیاوی گرتەوە تەمەنییان لە نێوان51–87 ساڵدا بوو، پێش نەشتەرگەرییەکە بە ئارەزووی خۆیان پارچە مۆزیکی کلاسیکی یان میللییان هەڵدەبژاردو بەهۆی بیستۆکەوە لە پێش نەشتەرگەرییەکەو لەکاتی نەشتەرگەرییەکەدا گوێیان لێگرت.

توێژەرەوەکان چەند جارێك پەستانی خوێنی ئەو کەسانەیان پێوانە کرد، سەرەتا هەفتەیەك پێش نەشتەرگەرییەکە پاشان ڕۆژی نەشتەرگەرییەکەو لەکاتی نەشتەرگەرییەکەدا و لە دوای تەواوبوونیشی.

دەرکەوت ڕۆژی نەشتەرگەرییەکە هەموویان پەستانیان بەرز بوو بەهۆی نا ئارامی باری دەروونیانەوە بەڵام لەکاتی نەشتەرگەرییەکەدا لە دوای ئەوەی پێنج خولەك گوێیان لە مۆزیك گرت پەستانی خوێنیان سروشتی بووەوە لەکاتێکدا ئەوانەی گوێیان لێنەگرتبوو پەستانی خوێنیان هەر بە بەرزی مایەوە. لەبەر ئەوە توێژەرەوەکان لەو باوەڕەدان ڕێگەدان بە نەخش بۆ گوێگرتن لەو مۆزیکەی کە خۆی ئارەزووی دەکات یارمەتیدەدات هەستبکات بەسەر بارو دۆخی نەخۆشی و نەشتەرگەرییەکەیدا زاڵە.

هەڵاڵە

بەرگری لەش و ئایندەزانی

نوسینی: دکتۆر وەسیم مەزیك

پەرەشەی: ئاڵا نەسرەدین

نەخۆشی کەمی بەرگری وەرگیراو یاخود"ئەیدز" لە سەدەی‌بیستدا وەك كارەساتێكی تەندروستی وابوو بۆ مرۆڤ، تەنانەت هەندێك ناویان لێنا"تاعوونی سەدەی بیستەم" بەلاّم ئەم كارەساتە روخسارێكی دیكەی بۆچوونە ناو قوڵایی زانستی بەرگرییەوە و وەرگرت بەرەوپێشەوە چوو تاكو ببێتە زانستی ئایندە.

ئەم زانستە چییە؟

زانستی بەرگری لە ئامێزی زانستی زیندەزانی وردەومیكرۆبەكاندا، لەدایكبوو، هەرچەندە سەبارەت بە خاڵی سەرەتایی ئەم زانستە ناكۆكی لە ئارادایە، بەلاّم بەپێی زوربەی بۆ چوونەكان لەدایكبوونی ئەم زانستە بۆ تاقیكردنەوەكانی پزیشكێكی گوندنشینی لە گلۆستەر شایر لە ئنگلتەرا، دەگەرێتەوە، كە بۆ یەكەمجار چەمكی وەلاّمدانەوەی لەشی بۆ فاكتەرە دەرەكییە نامۆكان كە هێرش بۆ لەش دەهێنن، باسكرد.

ئاوڵەی مانگا: سەرەتایەك بوو

لەساڵی 1798دا ئیدوارد جینەرJenner Edward ، ئاشكرایكرد كە تووشبوونی‌لاوەكی بە ڤایرۆسی ئاوڵەی مانگا بۆتە هۆی پاراستنی جوتیارەكان لە تووشبوونییان بە ڤایرۆسێكی نزیك لەو ڤایرۆسە، كە زۆر مەترسیدارترە لەو و دەبێتە هۆی توشكردنی مرۆڤ جینەر ئەم دیاردەیەی لە دروستكردنی یەكەم كوتان لە مێژووی مرۆڤایەتیدا، بەكارهێنا، كۆمەڵێك تاقیكردنەوەی سەركەوتووی بۆ پاراستنی منداڵان دژی تووشبوون بە ئاوڵە جێبەجێكرد، ئەویش لەرێگەی بەكارهێنانی ئەو مادانەوە كە لە شێوەكانی ئاوڵە لەمانگادا لە شیردۆشەكان دەرهاتبوون.

كارەكانی ئەم پزیشكە هەنگاوی یەكەم بوو بۆ بنەبڕكردنی ئەم نەخۆشییە لەدواییدا، بناغەی زانستی كرداری كوتانVaccination ی چەسپاند كە ملیارەها منداڵی بەدرێژایی مێژوو پاراست و لە ئازارو نەهامەتییەكانی نەخۆشییە درمەكانی منداڵی(ئیفلیجی منداڵان، سورێژە، ئاوڵە و چەندەهای دیكە)، رزگاركرد.

هەر لەوكاتەدا بەرگریزانیImmunology وەك زانست لە سروشت و خەسڵەتەكانی وەلاّمدانەوەی لەش بۆ فاكتەرە هێرشبەرەكان و خانە نامۆكان، دەكۆڵییەوە. هەرچەندە بەشێوەیەكی رێژەیی ئەم زانستە زوو لە دایكبوو بەلاّم

بەرگریزانی وەك زانستێكی سەربەخۆ تەنها لە پەنجاكان و شەستەكانی سەدەی رابووردوو فۆرمۆلە بوو، كاتێك پێشكەوتنی ئەمنۆلۆژی توانی پێكهاتەی توێكاریو منسیۆلۆژی كۆئەندامی بەرگری دیاریبكات هەروەها جیابوونەوەی شانە لیمفاوییەكان(گرێ و خانە لمفاوییەكان) بۆ فرمانی سەركردە و رێكخەر بۆ كرداره خۆپارێزییەكانی بەرگری، ئاشكرابوو. كەواتە كۆئەندامی بەرگری‌چییەو چۆن دەتوانێت فرمانی خۆی جێبەجێ بكات؟

شەڕەنهێنییەكان

مرۆڤ لەكاتی كرداره ئاساییەكانی رۆژانەیدا رووبەڕووی بەركەوتنی ڕاستەوخۆ و هێرشی ملێونەها ڤایرۆس و میكرۆب و مشەخۆرانە دەبێتەوە كە لەهەموو دەوروپشتماندا هەن، ئێمە كە خاوەنی تەندروستییەكی باشین قەرزاری كۆئەندامی بەرگرین بە هەموو بەشەكانییەوە كەبەو توانستەوە كرداری پاراستنمان دژی هەموو فاكتەرە هێرشبەرەكان، جێبەجێ دەكات، چونكە جەنگێكی شاراوە هەیە بەشێوەیەكی بەردەوام لە هەمووساتێكدا هەولی هێرشكردن بۆسەر لەشی مرۆڤ دەدەن.

كۆئەندامی بەرگری خۆرسكی

هەندێك پێكهاتەو میكانیزمی لەشی مرۆڤ كرداری بەرگریكردنی ناجۆری بەجێدێنن و بەپێی شوێنەكەیان دژی جۆرەها فاكتەری نەخۆشی كاردەكەن، ئەمانەپێكەوە كۆئەندامی بەرگری خۆرسكیInnate Immunit پێكدێنن كە بەوە دەناسرێن خەسڵەتێكی ناجۆرییان هەیە، واتا بەشێوەیەكی كوێرانە دژی هەموو وردە زیندەوەرە نامۆكان بەرگری دەكات. بۆنموونە فرمێسك چەند جۆرە هەوێنێكی تێدایە دەتوانێت هەندێك بەرگی میكروبی شیبكاتەوە، هەروەها هاتنە خوارەوەی بەردەوامی فرمێسك زامنی كرداری شتنی میكانیكی فاكتەرەكانی نەخۆشی دەكات، دەردراوەكانی چەورییە رژێنەكانی پێست هەوێنی و ئەنزیمییان تێدایە كە ئەوانیش دەتوانن بەرگە بەكترییەكان شیبكەنەوە.

پێستی تەندروست باش بەربەستێكی گرنگ پێكدێنێت و رێگە دەگرێت لەچوونەناوەوەی زۆربەی فاكتەرە نەخۆشیهێنەكان، بایەخی زیندەیی ئەم كرداری پاراستنە لەحاڵەتی سوتاندا بەباشی ئاشكرادەبێت چونكە لە كاتی سوتانی پێستدا ئەم بەربەستە لە ناو دەچێت و نەخۆشەكە رووبەڕووی تووشبوون بەجۆرەها نەخۆشی دەبێتەوە كە هەڕەشە لە ژیانی دەكەن. ترشی گەدە و ئەنزیمەكانی رۆڵێكی گرنگ لە پاراستنی لەش لەونەخۆشییە دەرمانەی لەڕێگەی كۆئەندامی هەرسەوە، توشی مرۆڤ دەبن، دەگێڕن. كرداری میزكردنیش ڕۆڵێكی گەورەی لە پارستنی كۆئەندامی میزەڵداندا هەیە، چونكە بەردەوام كرداری شتن جێبەجێ دەكات و لەش خاوێندەكاتەوە لەو توخمە نەخۆشیهێنانەی لەڕێگەی ئەم كۆئەندامەوە دێنەژورەوە. گەڕانەوەی میز بەهۆی هەر هۆكارێكەوە(وردەبەرد، تەسكبوونەوە) بێت دەبێتەهۆی ئامادەبوون بۆ توشبوون بەو میكرۆبانەی توشی

ڕێڕەوی میزدەبن و میكانیزمی ئەوشتنەی ئێستا باسمانكرد، دەوەستێنێت.

كۆئەندامی بەرگری تایبەتمەند

كاتێك یەكێك لە فاكتەرە نەخۆشیهێنەكان بەربەستەكانی كۆئەندامی بەرگری خۆرسك دەبڕێت، میكانیزمی زیاتر تایبەتمەندو جۆری ئەركی پاراستنی گونجاو دژی ئەو هۆكارانە جێبەجێ دەكەن، ئەم میكانیزمانە كارایی دووجۆرخانەی لیمفاوی دەنوێنن ئەویش خانەی لیمفاوی بائی و تائین. هەریەكە لەم دووجۆرە لە مۆخی ئێسك دروستدەبن،بەلآم خانە تائییەكان لە سایمۆسەرژێندا پەرەدەسێنن و گەورەدەبن، بۆیە بەوناوەشەوە ناونراون. خانە لمفاریە بائییەكان و تائییەكان لە خوێن و لیمفدا دەسوڕێنەوەو لەشلە سەركییەكانی لیمفدا كۆدەبنەوە، ئەویش لیمفەگرێكان و سپڵە لەبەرئەوەی بەردەوام لەگەڵ شلەكانی لەشدا دەسوڕێنەوە، خێرا ئەو فاكتەرە هێرش بەرانە دەناسنەوە راستەوخۆ لەگەڵ هاتنەناوەوە بۆ ناو لەش و وەلآمیان دەدەنەوە بەرگری لەدژییان ئاڕاستەدەكەن ئەم وەلآمدانەوەیە لە جۆرەكەیدا زۆرسەیرو دەگمەنە چونكە ئەو كەسەی

کەپێشتر بەهۆی کوتانەوە بەرگری دژی سورێژە وەرگرتووە، دەتوانێت جارێکی دیکە بەرگری دژی توشبوونی بکات، بەڵام ناتوانێت بەرگری دژی ڤایرۆسی ئەنفلۆنزا بکات بۆ نموونە ئەم خانانە بەوە دەناسرێن خەسڵەتی یادەوەری بەرگریکردنییان هەیە، لەدوای ئەوەی یەکەمجار دووچاری بەرکەوتن دەبن لەگەڵ فاکتەری نەخۆشییەکە، بەشێکیان بۆماوەی دوورودرێژ لە سوڕی خوێندا دەمێننەوە، کاتێك هەمان فاکتەری نەخۆشی دێتەوە یەکسەر دەیناسنەوە و وەڵامدانەوەی جۆری خێراو کاراتر لە جاری یەکەم ئاڕاستەی دەکەن.

یادەوەری خانە یاڵی یان تائیپەکان ڕۆڵێکی گرنگ لە کرداری کوتانندا دەگێڕن، هەستکردنی بۆ دژەتەنەکانی فاکتەری نەخۆشییەکە لە ماوەی کوتانەکەدا لاوازە، لەبەر ئەوە بە شێوەیەکی راستەوخۆ لەگەڵ فاکتەرە تەواوەکەی نەخۆشییەکەدا لە جارێکی دیکەدا کەبیەوێت بەشێوەیەکی سروشتی بێتە ناو لەشەوە کارلێك دەکات و لەش دەپارێزێت.

بەرگریزانی و ئەیدز

دەگمەنە لە سەدەی بیستدا نەخۆشییەکی دیکە هەبووبێت وەك نەخۆشی ئەیدزAIDS کە ئەوەندە کاریگەری لەسەر کۆمەڵگەوناوەندی پزیشکی لەیەککاتدا، بەجێهێشتبێت ناولێنانیشی بە تاعونی سەدەی بیست ئاماژەیە بۆ قوڵی ئەم کاریگەرە، ئەم نەخۆشییە لەکاتێکدا سەریهەڵدا ناوەندی پزیشکی لە سەرکەوتنە بێ شومارەکانیان بەسەر نەخۆشییە درمەکاندا دڵنیابوون ئەو نەخۆشییانەی چیدیکە مەترسیان بۆسەر ژیان دروست نەکرد و زاناکان هەوڵەکانیان بۆ بنەبڕکردنی شێرپەنجەو ئەو نەخۆشییانە خستەکار کە بەهۆی پێشکەوتنی زانستییەوە و زۆر بوونی تێکڕایی تەمەنەوە لە کۆمەڵگە پێشکەوتووەکاندا، بڵاوبوونەوە.

لەم کاتەدا ڤایرۆسی نەمانی بەرگری مرۆڤHIV بڵاوبۆوە کە مرۆڤایەتی بۆ باروودۆخەکانی چاخەکانی ناوەڕاست گەڕاندەوە، وەڵامدانەوە بۆ ئەم نەخۆشییە جیاوازە بەڵام زۆرمایەی رەشبینییەو لە هەمانکاتدا هاندەرە بۆ کارکردنی زیاتر و لێکۆڵینەوەی زیاتر بۆ چارەسەرکردنی ئەم گیروگرفتە کە هەموو سنوورەکانی بەزاندووەو مۆرکێکی مرۆیی گشتی وەرگرتووە.

کاریگەری گرنگی ڤایرۆسی ئەیدز رۆڵی لە ئاراستەکردنی بایەخدان بە زانستی بەرگری بە تایبەتی هەبوو. ئەم ڤایرۆسە تەوەرەخانەکان لە کۆئەندامی بەرگری کە لیمفە تائیپە یارمەتیدەرەکانە دەکاتە ئامانجی خۆی و دەستدەکات بە لەناوبردنییان لەدوای ماوەیەك کە لەوانەیە ئەوماوەیە کورت بێت یان بەپێی باروودۆخی تووشبوونەکە درێژەبکێشێت(ئەم ماوەیە تاکو دەرکەوتنی نیشانە کۆتاییەکان لەوانەیە زیاتر کە دەساڵ بخایەنێت)، پاشان نیشانەکانی هەرەسهێنانی کۆئەندامی بەرگری دەست بەدەرکەوتن دەکەن، کەسی تووشبوو رووبەڕووی تووشبوون بە جۆرەها فاکتەری نەخۆشی دەبێتەوە کە فرسەتی لاوازبوونی بەرگری لەش دەقۆزنەوە و هێرش بۆ کۆئەندامە جیاوازەکانی دەبەن و لە کۆتاییدا دەبنە هۆی لەناوبردنی نەخۆشەکە.

لێرەوە ئاشکرا دەبێت بەجێهێنانی فرمانە تایبەتییەکانی خانە تائیپەکان و خانەکانی کۆئەندامی بەرگری بەشێوەیەکی گشتی بایەخێکی زیندەییان هەیە تاکو مرۆڤ بەتەندروستییەکی باشەوە بژی ئەو کۆرپەیەی ئەم تیشکی رووناکییەی لەسەر دەستی جینەردابینی و بەهۆی هەوڵ و توانای بلیمەتەکانی وەك باستۆر و ئێرلیچ و کوخ و لاندشتانیەر بونت و چەندەهای دیکە گەشەیکرد کەوتە بەرپێ هێندەی پێنەچوو بە ئیقاعەکانی پێشکەوتنێکی خێرا توشی سەرسوڕمانی کردین، هەر لە دەرکەوتنی ڤایرۆسی ئەیدزەوە، کەلەماوەیەکی تاکورادەیەك کەمدا زیاتر لە هۆکارێکی دروستبوونی شیکرایەوە ئەم پێشکەوتنەش تەنها زانستی بەرگریزانی نەگرتەوە بەڵکو کۆمەڵێك بواری دیکەی زانستی گرتەوە کە زۆر نوێ بوون وەك دەرکەوتنی تەکنیکیRNA و رێبازەکانیDNA، بەکارهێنانی دژە تەن لەپشکنین و چارەسەرکردندا، هەروەها چارەسەرکردن لە رێگەی چاککردنی جینەکان بەهۆی لیمفوکیناتەکانەوە.

لەدەروازەی سەدەی داهاتووەوە

بێگومان ئەم بازدانی پێشکەوتنە بەردەوام دەبێت، ڤایرۆسی ئەیدز تاکو ئێستا لە نێوانماندایە و کاریگەرییەکەی لە زیاد بووندایە و تاکو ئێستاکە زۆر پرسیارماون پێویستیان بەوەڵامە. ئەو رێبازەی کۆئەندامی بەرگری روو بەڕووی بۆوە لەگەڵ هەموو قوڵاییەکیدا لە قۆناغەکانی یەکەمیدا.

تاکو ئێستا کات زۆرماوە بۆ کارە زانستییە داهێنەرو بەرزەکان. ئەو زانستی بەرگرییەی سەرەتاکەی لەسەر دەستی پزشکێکی گوندنشینان لەدایکبوو پاشان بەدرێژایی سەدەی بیستەم لەسەر دەستی ژمارەیەك زانای پێشەنگ پەرەیسەندو پێشکەوت، ئەمڕۆکە لەبەردەم دەروازەی سەدەی بیستویەکدا راوەستاوەو لەهەموو کاتێکی دیکە زیاتر پێویستی بە کۆکردنەوە و یەککگرتنی هەوڵە زانستییە جیهانییەکان هەیە لەپێناوی رزگارکردنی مرۆڤایەتی لە تاعوونی سەدەی بیست.

چی دەربارەی شێرپەنجەی مەمك دەزانیت؟

What you know about Breast Cancer?

بەشی دووەم:

پەرچڤەی: ئارا رەشید دەرویش عوسمان
کۆلێژی پەرستاری/ زانکۆی سلێمانی

*چارەسەرکردن بەتیشك (Radiation therapy):

چارەسەری تیشکی بریتی‌یە لە بەکارهێنانی تیشکی وزە بەرز بۆ لەناوبردنی خانە شێرپەنجەکان کە بەزۆری دوای نەشتەرگەری جۆری (breast spaying Surgery) (لابردنی تەنها خانە شێرپەنجەییەکان لەمەمکەکەدا) بەکاردەهێنرێت، هەندێك جار بەگوێرەی قەبارەی شێرپەنجەکەو هەندێك هۆکاری دی بۆ نەشتەرگەری جۆری بڕینەوەی مەمکەکە (Mastectomy) بەکاردەهێنرێت. ئەم تیشکە هەڵدەستێت بەتێکشکاندنی خانە شێرپەنجەییەکان کە دەمێننەوە پاش نەشتەرگەرییەکە.

لە هەندێك لە ژنانی توشبوودا چارەسەری تیشکی بەتەنها یان لەگەڵ چارەسەری کیمیایی و یان هۆرمۆنی بەکاردێت پێش نەشتەرگەرییەکە بۆ تێکشکاندنی خانە شێرپەنجەییەکان و بچووك بوونەوەی شێرپەنجەکە. ئەم ڕێگەیە بەکاردەهێنرێت کاتێك قەبارەی شێرپەنجەکە گەورەبێت یان بەئاسانی لانەبرێت بەڕێگەی نەشتەرگەری.

پزیشکە پسپۆڕەکە دووجۆر چارەسەری تیشکی بەکاردەهێنێت بۆ شێرپەنجەی مەمك:

*چارەسەری تیشکی لە دیووی دەرەوە (External therapy Radiation):

تیشکەکە لە ئامێرێکەوە دەردەچێت، بۆ ئەم جۆرە چارەسەرە بەتیشك پێویستە کەسی توشبوو بەشێرپەنجەکە بچێت بۆ نەخۆشخانە یان کلینکی تایبەتی، ئەم چارەسەرە

پێویستە هەفتانە ماوەی 5ڕۆژ بۆ چەند هەفتەیەك بەكاربهێنرێت.

*چارەسەری تیشكی لەدیووی ناوەوە Internal) therapy (Radiation therapy (implaut radiation):

تیشكەكە لەمادەیەكی تیشكاوەرەوە دەردەچێت كە دەخرێتە ناو تیوبێكی پلاستیكی تەنكەوە، و لە ناو مەمكەكەدا دادەنرێت، بۆ ئەم جۆرە چارەسەرە پێویستە ژنی توشبوو بمێنێتەوە لە نەخۆشخانە تیوبە پلاستیكییە چێنراوەكە بۆ ماوەی چەند ڕۆژێك دەمێنێتەوە لە شوێنی خۆی. لە هەندێك حاڵەتدا هەردوو جۆری چارەسەرەكە بەكاردەهێنرێت

*چارسەر بەمادەی كیمیایی (Chemotherapy):

ئەمەش بریتییە لە بەكارهێنانی دەرمان بۆ لەناوبردنی خانە شێرپەنجەییەكان، كە چەند دەرمانێك بەیەكەوە بەكاردەهێنرێت، كە بەشێوەی حەب یان لە ڕێگەی خوێنەوە بەكاردێت (IV)، بە هەر دوو ڕێگە دەرمانەكە بڵاودەبێتەوە بەناو هەموو لەشدا.

زۆربەی نەخۆشی شێرپەنجەی مەمك ئەم چارەسەرە كیمیاییە لە دەرەوەی نەخۆشخانە، لە كلینكی تایبەتی یان

ماڵەوە بەكاردەهێنرێت و پێویست بەكەوتن لە نەخۆشخانە ناكات، تەنها چەند حاڵەتێك نەبێت.

*چارەسەر بە بەكارهێنانی هۆرمۆن (Hormonal Therapy):

ئەم چارەسەرە ڕێگە دەگرێت لە خانە شێرپەنجەییەكان لە بەكارهێنانی هۆرمۆنی سروشتی لەش لە جۆری (ئیسترۆجین و پرۆجسترۆن) كە پێویستە بۆ گەشەكردنی خانە شێرپەنجەییەكان، ئەگەر پشكنینە تاقیگەییەكان دەریانخست كە شێرپەنجەی مەمكەكە وەرگری هۆرمۆنی (hormone receptor) هەیە لە سەر خانەكانی شێرپەنجەكە، پێویستە چارەسەری هۆرمۆنی بەكاربهێنرێت، هەروەكو چارەسەر بەمادەی كیمیایی، ئەم چارەسەرەش كاریگەری هەیە لەسەر خانەكانی هەموو لەش.

*چارەسەر بە دەرمان:. پزیشكە پسپۆڕەكە ئەو دەرمانە بەكاردەهێنێت كە دەبێتە هۆی ڕاگرتنی كاریگەری هۆرمۆنە سروشتییەكە، وەك هۆرمۆنی تامۆكسفین (tamoxifen)، كە كاریگەری هۆرمۆنی ئیسترۆجین ناهێڵێت، و یان ئەرۆماتەیس ئنهەبتەر (Aromatase Inhibitor) كە ناهێڵێت لەش هەستێت بەدروستكردنی هۆرمۆنی مێینەی جۆری ئیستارادایۆڵ (Estradiol) كە جۆرێكە لە هۆرمۆنی ئیسترۆجین.

*چارەسەر بەنەشتەرگەری:. ئەگەر ئافرەتەكە نەچووبووە قۆناغی لێچوونەوە نەشتەرگەری بەكاردێت بۆ لابردنی هێلكەدانەكانی، كە سەرچاوەی سەرەكی دروستكردنی هۆرمۆنی ئیسترۆجینن لە لەشدا، (دوای قۆناغی لێچوونەوە، دروست كردنی ئەم هۆرمۆنە بەرەو كەمبوونەوە دەچێت لە بەرئەوە پێویست بە نەشتەرگەری ناكات).

چارەسەری بایۆلۆجی (Biological therapy):

ئەم ڕێگە چارەسەرە توانای سروشتی لەش بەكاردەهێنێت (كۆئەندامی بەرگری) بۆ چارەسەری شێرپەنجەكە، هەندێك لە ژنان، كە شێرپەنجەكە تیایاندا تەشەنەی كردووە بۆ شانەكانی دیكەی لەشیان جۆرە چارەسەرێكی بایۆلۆجی بەكاردەهێنن پێی دەڵێن. هێرسیپتین (Herceptin) یان (trastuzumab):

كە بریتییە لە دژەتەنی جۆری مۆنۆكلۆنەڵ (monoclonal Antibodies) كە لە تاقیگەی تایبەت

دروست دەکرێت و توانای نوساندنی هەیە بەخانە شێرپەنجەییەکانەوە، ئەم دژە تەنە (Heceptin) دەدرێت بەو ژنانەی کە شیکارە تاقیگەییەکان دەریان خستووە شێرپەنجەی مەمکەکە بڕێکی زۆر لە جۆرە پرۆتینێکیان هەیە پێی دەڵێن (HER2).

بەوەستانی کاریگەری (HER2) لەلایەن ئەم دژە تەنەوە، دەبێتە هۆی خاوبوونەوەو وەستاندنی گەشەی خانە شێرپەنجەییەکان. (Herceptin) دەکرێتە ناو خوێنەوە، کە بەتەنها یان لەگەڵ چارەسەری کیمیایی دەدرێت، هەروەها هەروەکو چارەسەری کیمیاییو هۆرمۆنی کاریگەری لە سەر خانە شێرپەنجەییەکان هەیە لەناو هەموو لەشدا.

*هەڵبژاردنی چارەسەر بەگوێرەی قۆناغی شێرپەنجەکە: (Treatment Choice by stage):

هەڵبژاردنی جۆری چارەسەرەکە پەیوەندە بەقۆناغی گەشە و بڵاوبوونەوەی شێرپەنجەکە هەروەها ئەم هۆکارانەی خوارەوە:

*پەیوەندی قەبارەی شێرپەنجەکە بەگوێرەی قەبارەی مەمکەکە.

*ئەنجامی پشکنینە تاقیگەییەکان (ئایا خانە شێرپەنجەییەکان پشت دەبەستێت بە هۆرمۆن بۆ گەشەکردنی شێرپەنجەکە).

*ئایا ژنی توشبوو چۆتە قۆناغی لێچوونەوە.

*باری تەندروستی گشتکەسی توش بوو

-قۆناغی پێنج (Stage 5):

ئەم قۆناغە هەردوو جۆری شێرپەنجەی (lobular carcinoma insitu) (LCIS):

یان (ductal carcinoma insitu) (DCIS) دەگرێتەوە:.

1.(LCIS): شێرپەنجەی دەنگی گەورە لە قۆناغی ئاسایدا:

لە زۆربەی ژنانی توشبوو بەم جۆرە گرێیە پێویست بەچارەسەر ناکات، تەنها بەدواداچوونی گرێیەکە پێویستە بۆ زانینی دەرکەوتنی نیشانەکانی شێرپەنجە، هەندێک لە ژنانی توشبوو دەرمانی تامۆکسفین (Tamoxifen) وەردەگرن بۆ کەم کردنەوەی مەترسی تووشبوون بەشێرپەنجە، ئەگەر یەکێک گرێی (LCIS) هەبێت لەیەکێک لە مەمکەکانیدا، ئەوا مەترسی توشبوونی مەمکەکەی تریشی هەیە. لەبەرئەوەیە ژمارەیەکی زۆر لە ژنانی تووشبوو بەم شێرپەنجەیە بڕیاری نەشتەرگەری لابردنی هەردوو مەمکەکەیان دەدەن (bilateral prophylactic mastectomy) وەک هەوڵێک بۆ ڕێگەگرتن لە دروستبوونی شێرپەنجەکە، هەروەها نەشتەرگەرە پسپۆڕەکە لیمفە گرێکانی ژێر باڵ لا نابات.

2.(DCIS): (شێرپەنجەی کەناڵی شیرڕژێنەکان لە قۆناغی ئاسایدا):

زۆربەی ژنان لەم حاڵەتەدا نەشتەرگەرییان بۆ دەکرێت پاشان چارەسەری تیشکییان بۆ دەکرێت، هەندێک پسپۆڕی نەشتەرگەری لابردنی هەموو مەمکەکە بەباشی دەزانن، بەڵام لیمفە گرێکانی ژێر باڵ لانابەن. ئەم کەسە توشبووانە هەروەها دەرمانی تامۆکسفین وەردەگرن بۆ کەمکردنەوەی مەترسی توشبوون بەشێرپەنجەی مەمک لەجۆری چەسپاو (invasive).

-قۆناغی I.II.IIIA (Stage I,II, IIIA):

ژنانی توشبوو بەشێرپەنجەی مەمک لەم قۆناغانەدا، چەند چارەسەرێک بەیەکەوە وەردەگرن. هەندێک لە مانە بەتایبەتی جۆری (Stage I, II)، نەشتەرگەری جۆری (لابردنی تەنها خانە شێرپەنجەییەکان لەمەمکدا) (Breast Sparing surgery)یان بۆ دەکرێت پاشان چارەسەری تیشکی (Radioitherapy) وەردەگرن لە هەندێکی دیدا بڕیاری لابردنی مەمکەکە دەدرێت، لە هەموو حاڵەتەکانی ئەم قۆناغەدا لیمفەگرێکانی ژێر باڵیش لادەبرێت.

هەندێک لە ژنان (بەتایبەتی ئەوانەی لە قۆناغی IIIA, II)دان، چارەسەری کیمیایی وەردەگرن پێش نەشتەرگەرییەکە، گرنگی وەرگرتنی چارەسەرە کیمیاییەکە پێش نەشتەرگەری لەوەدایە، قەبارەی شێرپەنجەکە بچووک دەکاتەوە پێش نەشتەرگەرییەکە. دوای نەشتەرگەرییەکە، زۆربەی کەسانی توشبوو چارەسەری کیمیایی، یان هۆرمۆنی یان هەردووکی بەیەکەوە وەردەگرن، مەبەست لەم چارەسەرە تێکشکانی ئەو خانە شێرپەنجەییانەیە کە دوای نەشتەرگەرییەکە مارنەتەوە هەروەها بۆ ڕێگەگرتن لە دروست بوونەوەی شێرپەنجەکەیە.

قۆناغی IIIB, IIIC (Stage IIIB, IIIC):

ئەو ژنە توشبوانەی لەم قۆناغەدان لەگەڵیدا ئەوانەی کە هەوکردنیان هەیە لەگەڵ شێرپەنجەکەیاندا، زۆربەی کات

چارەسەری کیمیایی وەردەگرن. کاتێک چارەسەرە کیمیاییەکە قەبارەی شێرپەنجەکە بەرەو بچووکبوونەوە دەبات ئەم چارەسەرانەی خوارەوە بەدوایدا دەگیرێتەبەر:

1. بڕینەوەی مەمکەکە (Mostectomy):

پسپۆڕە نەشتەرگەرەکە هەڵدەستێت بەلابردنی مەمکەکەو لیمفە گرێکانی ژێر باڵ، دوای نەشتەرگەرییەکە نەخۆشەکە چارەسەر بەتیشک وەردەگرێت بۆ سەرسنگ لە شوێنی شێرپەنجەکە هەروەها لیمفەگرێکان.

2. نەشتەرگەری لابردنی تەنها خانە شێرپەنجەییەکان لەمەمکدا (Breast sparing Surgery):

لەم جۆرەدا نەشتەرگەرەکە تەنها ئەوە شێرپەنجەییەکە لادەبات بەڵام مەمکەکە لە شوێنی خۆی دەمێڵێتەوە، لەگەڵ لابردنی لیمفە گرێکانی ژێرباڵدا، پاشان چارەسەری تیشکی بەکاردێت بۆ سەر مەمکەکەو لیمفەگرێکانی ژێرباڵ.

3. چارەسەری بەتیشک (Radiation therapy):

لە جیاتی نەشتەرگەری، هەندێک لە ژنانی توشبوو تەنها ئەم چارەسەرە وەردەگرن. لەگەڵیدا لەوانەیە چارەسەری کیمیایی یان هۆرمۆنی بەکاربهێنرێت. ئەمەش ڕێگردەبێت لەدووبارە سەرهەڵدانەوەی شێرپەنجەکە.

قۆناغی چوار IV (Stage IV):

لە زۆربەی حاڵەتەکانی ئەم قۆناغەدا چارەسەری هۆرمۆنی یان کیمیایی یان هەردووکیان بەیەکەوە بەکاردەهێنرێت، لەهەندێکی دییاندا چارەسەری بایۆلۆجیش بەکاردێت، چارەسەری تیشکی بەکاردێت بۆ کۆنترۆڵکردنی شێرپەنجەکە لەهەندێک بەشی تر لەشدا کە شێرپەنجەکەی بۆ بڵاوبۆتەوە. ئەم چارەسەرەش نەخۆشەکە بەتەواوی چاک ناکاتەوە، تەنها ئەوەندەیە کە ماوەی ژیانی کەسی تووشبوو کەمێک درێژدەکاتەوە.

هەندێکی دی لە ژنانی توشبوو چارەسەری یارمەتیدەر بەکاردەهێنن (supportive care) لەگەڵ چارەسەری شێرپەنجەکەدا بۆ هێواشکردنەوەی بەرەوپێشچوونی شێرپەنجەکە، یان ئەو چارەسەرە یارمەتیدەرە بەکاردەهێنرێت بۆ نەهێشتنی نیشانەکانی. ئەم چارەسەرەش یارمەتیدەرە لە باشترکردنی باری دەروونیی و تەندروستی گشتی کەسی تووشبوو، مەبەستی سەرەکی لەم چارەسەرە ڕاگرە (Supportire treatment) کۆنترۆڵکردنی ئازار و نیشانەکانی شێرپەنجەکەو نەهێشتنی کاریگەرییەکانی ئەو دەرمان و مادە کیمیایی و هۆرمۆنانەیە کە لە چارەسەری شێرپەنجەکەدا بەکاردەهێنرێت، نەک بۆ درێژکردنەوەی تەمەنی کەسی تووشبوو.

***سەرهەڵدانەوەی شێرپەنجەی مەمک (Recurrent Breast Cancer):**

ئەمەش بریتییە لە سەرهەڵدانەوەو دروستبوونەوەی شێرپەنجەکە دوای چارەسەرکردنی، چارەسەری ئەمەش پەیوەندە بەشوێن، بڵاوبوونەوەو جۆری ئەو چارەسەرەی کە وەریگرتووە پێشتر. ئەگەر سەرهەڵدانەوەکە تەنها لە مەمکەکەدا بوو دوای نەشتەرگەری ئەوا نەشتەرگەری لابردنی مەمکەکەی بۆ دەکرێت، ئەمەش چانسی دووبارەنەبوونەوەی شێرپەنجەکە زیاد دەکات لە هەر شوێنێکی دی لەشدا.

بەڵام ئەگەر شێرپەنجەکە دروست بووە لە بەشەکان و ئۆرگانەکانی دی لەشدا، چارەسەر بەمادەی کیمیایی، تیشکی یان چارەسەری بایۆلۆجی دەبێت. چارەسەر بەتیشک (Radiation therapy) یارمەتیدەرە بۆ کۆنترۆڵکردنی شێرپەنجەکە ئەگەر لە ماسولکەکانی سنگ یان هەر بەشێکی دی لەشدا دووبارە بووەوە.

***کاریگەرییە لاوەکییەکانی چارەسەری شێرپەنجەی مەمک:**

(Side effects of Breast cancer Treatment):

لە بەرئەوەی چارەسەری شێرپەنجەکە هەڵدەستێت بە تێکشکانی خانەو شانە زیندووەکان لەگەڵ خانە شێرپەنجەییەکاندا، بۆیە کاریگەری لاوەکیان زۆرە، ئەوەش پەیوەندە بەجۆرو ماوەی چارەسەرەکە، مەرجیش نیە چەند کەسێک هەمان کاریگەری لاوەکیان تیا دەرکەوێت ئەگەر هەمان چارەسەریش وەربگرن، هەروەها ئەم کاریگەرییانە لە

کاتێکی دیاریکراوی چارەسەرەکە و بۆ کارێکی دی دواتر دەگۆڕێت.

1.کاریگەرە لاوەکییەکانی نەشتەرگەری (Side effect of Surgery):

نەشتەرگەری دەبێتە هۆی ئازارێکی کورت خایەن لە شوێنی نەشتەرگەرییەکە، وەك هەموو نەشتەرگەرییەکی دی ئامادەیی توش بوون بەهەوکردن، خوێن بەربوون، درەنگ چاك بوونەوەی شوێنی نەشتەرگەرییەکە ..هتد.. هەیە

لابردنی یەکێك یان هەردوو مەمکەکە دەبێتە هۆی تێکچوونی هاوسەنگی لەکەسی توشبوودا بەتایبەتی ئەگەر مەمکەکانی قەبارەیان گەورەبێت. ئەمەش دەبێتە هۆی ناڕەحەتی لەپشت و ملدا، هەروەها پێستی شوێنی نەشتەرگەرییەکە توند دەبێتەوە، هەست دەکرێت ماسولکەکانی باڵ لاوازو شل دەبن، بەڵام ئەمەیان کاتی یە، ئەو کەسانە ئامۆژگاری دەکرێن لەلایەن پزیشك و پەرستاری تایبەتەوە بۆ وەرزشکردنی بەردەوام بۆ گەڕانەوەی جوڵاندن و بەخۆبوونەوەی باڵ و شان (Shoulder). لەوانەیە لەکاتی نەشتەرگەرییەکەدا چەند دەمارێك زەبری بەربکەوێت یان بقرتێت، کە دەبێتە هۆی سڕبوون و مێروولەکردن لەسنگ و ژێرباڵ و باڵەکان و ئەم هەستکردنەش بۆ چەند هەفتەیەك یان چەند مانگێك دەمێنێتەوە بەگوێرەی زیان بەرکەوتن بەدەمارەکە، بەڵام لە هەندێك دا هەستکردن بەسڕبوونی ئەو شوێنانەی باسمان کرد تاپراتو دەمێنێت.

2.ئاوسانی لیمفاوی (Lymphedema):

لابردنی لیمفە گرێکانی ژێرباڵ دەبێتە هۆی هێواش بوونەوەی جووڵانی شلەی لیمفاوی لە لیمفە گرێکاندا، ئەمەش دەبێتە هۆی کۆبوونەوەی ئەم شلەیە لە باڵ و دەستدا کە دەبێتە هۆی ئاوسانی لیمفاوی (LYMPHEDEMA) ئەم گرفتە ڕاستەوخۆ پاش نەشتەرگەری لابردنی لیمفە گرێکان یان چەند مانگێك یان چەند ساڵێك لە دواییدا دروست دەبێت.

لەم کاتەدا پێویستە کەسی توش بوو بۆ نەهێشتنی دروست بوونی

ئەم حاڵەتە بەدرێژایی تەمەن ئەم ڕێگایانە بگرێتەبەر:

*جلی قورس لەبەر نەکات هەروەها ئاڵتون و خشڵ هەڵنەواسێت بەو لایەی کە تووشی بووە.

*جانتای شان و جانتای گەورەی بەقۆڵەکەی هەڵنەگرێت

*ئامێری تاشینی کارەبایی بەکاربهێنێت بۆ ڕێگەگرتن لە برین و برینداربوون لە کاتی تاشینی مووی قۆڵی.

*گرتنی پەستانی خوێن و وەرگرتنی خوێن بۆ پشکنینی تاقیگەیی لەلاکەی دی دەستیەوە بێت.

*دەستکێش لەدەست بکات بۆ پاراستنی دەستەکانی کاتێك باخەوانی دەکات یان پاکەرەوەی بەهێز بەکاردەهێنێت لەکاتی کەلوپەل شتندا.

*ئاگاداری سووتان و خۆنەدانە بەر هەتاو بێت بۆ ئەو لایەی قۆڵی کە توش بووە.

ئەگەر هەڵئاوسانی لیمفاوی (LYMPHEDEMA) دروست بوو، پزیشك ڕێنمایی وەرزش کردن دەکات بۆ ئەو لایەی کە توشبووە. بۆ نموونە هەندێك لە ژنان داپۆشەرێکی لاستیکی بەکاردەهێنن بۆ هاندانی ڕۆیشتنی لیمف لە لوولە لیمفاوییەکاندا. یان پزیشکەکە هەندێك دەرمان بەکاردەهێنێت یان بەهۆی مەساجەوە لیمفەکە ڕادەکێشێتە دەرەوە یان ئامێرێکی تایبەتی بەکاردەهێنێت کە بەهێواشی باڵ دەگوشێت. یان هەندێك جار کەسەکە ڕەوانە دەکرێت بۆ چارەسەری سروشتی لەلایەن دکتۆر یان پەرستاری پسپۆڕەوە. (Nurseapecialish)

3.چارەسەری تیشکی (Radiation therapy):

لەماوەی ئەم چارەسەرەدا، کەسی توشبوو بەرەو هیلاکی دەچێت بەتایبەتی لە کۆتایی چارەسەرەکەدا، ئەمەش بەردەوام دەبێت بۆ ماوەیەك دوای چارەسەرەکە، بۆیە پشوودان زۆر پێویستە، هەرچەندە هەندێك جار پزیشکەکە وارێنمایی نەخۆشەکە دەکات کە چالاك بێت تا بتوانێت.

هەروەها پێستی ئەو شوێنەکە تیشکی بەرکەوتووە سور هەڵدەگەڕێت، دەخورێت، بەئازاردەبێت، وشك هەڵدەگەڕێت، هەست دەکرێت مەمکەکە قورس و وتوندبۆتەوە، بەڵام ئەمە لەگەڵ کاتدا دەڕوات. لە کۆتایی چارەسەرەکەدا پێستەکە بەرەو شێداری و چاکبوونەوە دەچێت، بەڵام پێویستە ئەو شوێنەی تیشکەکەی بەرکەوتووە تا بتوانرێت بەرهەوا بکەوێت، لەبەرئەوەی لەبەرکردنی جلی زبر دەبێتە هۆی ڕوشاندنی پێستەکە، بۆیە پێویستە جلی نەرم و لۆکە لەبەر بکات لەماوەی چارەسەرەکەدا، هەموو ئەم گیروگرفتانە

بەکۆتایی چارەسەرەکەو تێپەڕبوونی کات دەڕوات، بەڵام ئەوانەیە ڕەنگی پێستەکە بگۆڕێت.

4 چارەسەری کیمیایی (Chemotherapy):

هەروەکو چارەسەری تیشکی، چارەسەری کیمیاییش کاریگەری هەیە لەسەر خانە ئاساییەکان و خانە شێرپەنجەییەکان، کاریگەرە لاوەکییەکانی چارەسەری کیمیایی پەیوەندی بە جۆرو بڕی دەرمانە بەکارهێنراوەکەوە هەیە، بەشێوەیەکی گشتی کاریگەری لەسەر ئەو خانانە هەیە کە خێرا دابەش دەبن.

بەتایبەتی:

*خانەکانی خوێن: ئەم خانانە دەبنە هۆی نەهێشتنی ڕوودانی هەوکردن، خوێن مەین، هەروەها گواستنەوەی ئۆکسجین بۆ هەموو لەش، بەڵام کاتێک ئەم خانانە کاریان تێدەکرێت، ئەو کەسە بەئاسانی تووشی هەوکردن دەبێت، تووشی خوێن بەربوون دەبێت هەروەها هەست بەبێ هێزی و لاوازی دەکات.

***خانە ڕووپۆشەکانی کۆئەندامی هەرس:**

چارەسەری کیمیایی دەبێتە هۆی کەم بوونەوەی ئارەزووی خواردن، دڵ تێکەڵ هاتن، ڕشانەوە، سکچوون، هەوکردنی ناو دەم و لێوەکان، هەندێک لەو کاریگەرە لاوەکیانە بەدەرمان چارەسەر دەکرێت. هەندێک دەرمانی کیمیای دژە شێرپەنجە دەبنە هۆی زیان گەیاندن بەهێلکەدانەکان، لەم کاتەدا پرۆسەی دروستبوونی هۆرمۆنی مێینە دەوەستێت و نیشانەکانی قۆناغی لێچوونەوەی تیا دەردەکەوێت، وەك وشکبوونەوەی زێ، هەڵچوونی ئەو کەسە، هەروەها پرۆسەی چوونە سەر خوێن نارێك و پێك دەبێت یان لەوانەیە بوەستێت، تووشی لێچوونەوە دەبێت (ناتوانێت سکی پڕبێت)، ئەو ژنانەی تەمەنیان لەسەرو 35ساڵەوەیە، لێچوونەوەکەیان بۆ هەتاهەتایی دەبێت. بەڵام ئەگەر ژنەکە سکی پڕکرابێت لەکاتی چارەسەرە کیمیاییەکە دەتوانرێت منداڵی ببێت، لەبەرئەوەی کاریگەری چارەسەری کیمیایی لەسەر سك پڕبوونەکە بەتەواوی نەزانراوە. هەرچەندە بەردەوام بوونی ئەم کاریگەرە لاوەکیانە زۆر کەمە، بەڵام هەندێك کەس بینراوە کە دڵیان لاواز دەبێت، هەروەها هەندێك شێرپەنجەی دووەمی دی وەك شێرپەنجەی خوێن (leukemia) لەهەندێك لەو کەسانەدا ڕوودەدات کە چارەسەری کیمیایی بەکاردەهێنن.

***چارەسەری هۆرمۆنی (Hormonal Therapy):**

ئەمەش پەیوەندی بەجۆری هۆرمۆنەکەو چارەسەرەکەوە هەیە، تامۆکسفین (Tamoxifen) یەکێکە لە هۆرمۆنە زۆر باوە بەکارهاتووەکان. دەبێتە هۆی ڕێگەگرتن لە کاریگەری هۆرمۆنی ئیسترۆجین لە خانەکاندا، مەرج نییە هەموو ئەو ژنانەی ئەم هۆرمۆنە وەردەگرن کاریگەری لاوەکیان تیا دەرکەوێت، بەشێوەیەکی گشتی کاریگەرییە لاوەکییەکانی تامۆکسفین وەکو نیشانەکانی قۆناغی لێچوونەوە وایە، کە بریتییە لە وشك بوونەوەی زێ، هەڵچوونی دەروونی. لەهەندێکی دیاندا نیشانەی ناڕێکوپێکی چوونە سەرخوێن، سەرئێشە، لەش داهێزراوی، هێڵنج هاتن، ڕشانەوە، خوراندن و دەردانی دەردراوێك لەزێوە، پەڵەی سەر پێستیان تیا دەردەکەوێت. ئەو ژنانەی کە بەردەوام دەبن لە سووڕی چوونە سەرخوێن سکیان پڕ نەبێت کاتێك تامۆکسفین (Tamoxifen) بەکاردەهێنن.

تامۆکسفین زیان بەکۆرپەلە دەگەیەنێت، بۆیە پێویستە کەسی تووشبوو ڕێگەی بەرگرتن لەسك پڕبوون باس بکات لەگەڵ پزیشکە پسپۆڕەکە پێش وەرگرتنی دەرمانی تامۆکسفین.

تامۆکسفین کاریگەری لاوەکی زۆر زیان بەخشی کەمە، بەڵام دەبێتە هۆی مەینی خوێن لە خوێن هێنەرەکاندا بەتایبەتی لە قاچ و سنگدا، لەژمارەیەکی کەمی کەسانی تووشبوو دەبێتە هۆی بەرزبوونەوەی مەترسی تووشبوون بەسەکتەی دەماخ. هەروەها دەبێتە هۆی شێرپەنجەی ماسولکەکانی دەوری یان ناوپۆشی شانەی منداڵدان.

6.چارەسەری بایۆلۆژی (Biological therapy):

هێرسێپتین (Herceptin) ئەو چارەسەرە بایۆلۆژییە کە بەکاردێت بۆ چارەسەری هەندێك لەو ژنانەی تووشی شێرپەنجەی مەمك هاتوون و شێرپەنجەکەیان تەشەنەی کردووە. گرنگترین کاریگەرە لاوەکییەکانی بریتی لە تالێهاتن، لەرز لێهاتن؛ هەندێك نیشانەی دی لەوانەیە ڕووبدات وەك ئازار، بێ هێزی، دڵ تێکەڵهاتن، ڕشانەوە سك چوون، سەرئێشە، بەگران هەناسەدان، پەڵە دروست بوون. ئەم کارە لاوەکیانە کەمتر دیارە دوای یەکەم چارەسەر.

هێرسێپتین هەروەها دەبێتە هۆی شێواندنی دڵ کە لەدوایدا دەبێت بەهۆی لاوازی دڵ (Heart Failure). هەروەها کاریگەری هەیە لەسەرسییەکان کە دەبێتە هۆی نارەحەتی هەناسەدان، بۆیە پێش دەست پێکردنی چارەسەری بایۆلۆژی پێویستە پشکنینی تەواو بۆ دڵو سییەکان بکرێت.

*بنیاتنانەوەی مەمك (Breast Reconstruction):

هەندێك لەو ژنانەی بڕینەوەی مەمکیان بۆ دەکرێت بڕیاری دروستکردنەوەی مەمکەکەیان دەدەن لە کاتی نەشتەرگەری بڕینەوەکە یان دوایی. هەندێکی دی یان مەمکی دروست کراو بەکاردەهێنن بۆ ڕاگرتنی شێوەو وەستانی لەشیان، بەڵام هەندێکی دیان ئەم بڕیارە نادەن.

ئەو ژنەی بڕینەوەی مەمکی بۆ دەکرێت پێویستە ڕاوێژ لەگەڵ نەشتەرگەری جوانکاری بکات پێش بڕینەوەی مەمکەکە، ئەگەر دروستکردنەوەی مەمکەکە لەدوای نەشتەرگەرییەکەش بکرێت، چەند ڕێگەیەك هەیە بۆ بنیاتنانەوەو دروستکردنەوەی مەمکەکە، ڕێگەیەکیان چاندنی مادەی سەلاین یان سلیکۆنە (Saline or Silicone). سەلامەتی سلیکۆن لەلایەن پرۆگرامی خواردنو دەرمانی ئەمریکییەوە ڕێگەپێدراوە (FDA) بۆ ماوەی چەند ساڵێکە.

ڕێگەیەکی دی بریتییە لە دروستکردنەوەی مەمکەکە بەبەکارهێنانی چەند پارچە شانەیەکی دی لە لەشی هەمان نەخۆش، وەکو پێست، ماسولکە، چەورییەشانەکان وەردەگیرێت لەسنگ، سك، پشت، نەشتەرگەرە جوانکارییەکە لەم شانانە مەمك دروست دەکاتەوە. چ ڕێگاچارەیەکیان باشە، ئەوە پەیوەندی هەیە بەتەمەن، شێوەی لەشو لار، هەروەها جۆری نەشتەرگەریە جوانکاریەکە، پسپۆڕە نەشتەرگەرە جوانکارەکە دەتوانێت سوودو زیانی هەر ڕێگاچارەیەکت بۆ ڕوون بکاتەوە

*قۆناغی چاك بوونەوە (Recovery period):

خێراییو ئەنجامی چاکبوونەوە جیاوازە لە ژنێکەوە بۆ ژنێکی دی، بەگوێرەی جۆری چارەسەرەکەو ڕادەی تەشەنەسەندنو بڵاوبوونەوەی شێرپەنجەکە. وەرزشکردن بەباڵەکانو شان یارمەتیدەرە بۆ گەڕانەوەی جوڵەو توندوتۆڵی ئەو بەشانە، هەروەها دەبێتە هۆی کەمبوونەوەی ئازارو، ڕەقبوونی پشتو مل، وەرزشی تایبەتی پێویستە دەست پێبکرێت چەند ڕۆژێك دوای نەشتەرگەرییەکە، پێویستە ڕامێنانە وەرزشییەکان هێواشو لەسەرخۆ بێت، دەتوانرێت لە ناو جێگەشدا بکرێت، بەڵام لەژێر سەرپەرشتی پەرستاری پسپۆڕ.

وەرزشکردنی بەردەوامو ڕێك هەروەها دەست لەسەر باڵ لەسەر پشتییەك دەبێتە هۆی کەم بوونەوەو نەمانی هەڵئاوسانی لیمفاوی (lymphedema) پاش نەشتەرگەری.

*بەدواداچوون (Follow -up care):

بەدواداچوونی ڕێكو بەردەوام زۆر پێویستەو دوای چارەسەری شێرپەنجەی مەمك، تەنانەت ئەگەر شێرپەنجەکە بەتەواوی تێکشکابێتو نەمابێت، هەندێك جار نەخۆشیەکە دەگەڕێتەوە، لەبەرئەوەی هەندێك لە خانە شێرپەنجەییەکان لە هەندێك شوێنی لەش دەمێننەوە پاش تەشەنەکردنی شێرپەنجەکە تەنانەت دوای چارەسەریش.

ئەو ژنانەی کە شێرپەنجەیان هەبووە لەیەکێك لەمەمکەکانیاندا پێشتر، پێویستە هەر گۆڕانکارییەك کە لەمەمکە چارەسەرکراوەکە یان مەمکەکەی دی ببینێت ڕاستەوخۆ سەردانی پزیشك بکات.

هەروەها ئەگەر هەریەك لە نیشانەکانی وەك ئازار، نەمانی ئارەزووی خواردن، گۆڕان لەسوڕی چوونە سەرخوێن، خوێن تێزانی زێی ئاناسایی یان تێکچوونی بینین ڕوودات یان نیشانەی وەك سەرئێشە، توندبوونی هەناسە، کۆکەو، گۆڕانی دەنگ وەك دەنگی ئەسپ، پشت ئێشە، گیروگرفتی کۆئەندامی هەرس کە بەناسانی ئەم نیشانانە ناڕۆن یان زۆر دەخایەنێت. هەندێك گیروگرفت چەند مانگێك یان چەند ساڵێك دوای چارەسەرکردنەکە سەرهەڵدەدات. کە لەوانەیە نیشانەی سەرهەڵدانەوەی شێرپەنجەکەبن یان نیشانەی چەند نەخۆشیەکی ئۆرگانی بن.

لەبەرئەوە ئاوناوە پشکنینی خودی ئەو کەسە پێویستە، وەك پشکنینی مەمك، لامل، سنگ، ژێرباڵ، لەبەرئەوەی ئەو کەسانەی تووشی ئەم شێرپەنجەیە دەبن، لەوانەیە حاڵەتەکەیان تیا دروست بێتەوە بەتایبەتی ئەوانەی کە شێرپەنجەکەیان لەقۆناغێکی پێشکەوتوداییو تەشەنەی کردووە. بەتایبەتی پشکنین بەئامێری مەمۆگرام (Mammogram) زۆر پێویستە لەگەڵ پشکنینە تاقیگەییەکان.

*تۆژینەوە لەسەر هۆکارەکانی شێرپەنجەی مەمك: (Researcheson cause of Breast cancer).

*چەند تۆژینەوەیەکی زاناکان لەسەر ئەوە جێگیر بووە کە چەند هۆکارێك هەیە لە پشت توشبوون بەشێرپەنجەی مەمکەوە:

1. جۆری خواردن: (Diet)

*هەندێك تۆژینەوە پەیوەندی نێوان جۆری خۆراك و شێرپەنجەی مەمکی دەرخستووە، ئەو ژنانەی کە خواردنەکانیان دەوڵەمەندە بەمیوەهات و سەوزە مەترسی توشبوونیان کەمترە هەروەها ئەوانەی چەوری کەم هەیە لەخواردنەکانیاندا لەچاو ئەوانەی ڕێژەیەکی زۆر چەوری دەخۆن

2. هۆکاری هۆرمۆنی: (Hormonal Factore)

جگە لەو گۆڕانکاریە هۆرمۆنیانەی کە لەماوەی چوونە سەرخوێن و سکپڕیدا ڕوودەدات، وەرگرتنی هۆرمۆنی دەستکرد بەشێوەی حەب یان هەر شێوەیەکی دی کاریگەری خراپی هەیە بەتایبەتی کاتی سکپڕی.

3. هۆکاری ژینگەیی: (Enviromental Factor)

تۆژینەوەکان دەریانخستووە کە هەندێك هۆکاری ژینگەیی کاریگەری هەیە لەسەر دروستبوونی شێرپەنجەی مەمك.

4. وەرزش نەکردن: (no enough exercise)

تەمەڵی و نەجوڵاندن و مانەوە لە ناوئۆتۆمبێل و سەرکورسی نوسینگەکان هۆکارێکی دییە بۆ زیادبوونی مەترسی تووشبوونی ئەم شێرپەنجەیە.

*تۆژینەوە لەسەر ڕێگرتن لەتووشبوون (Researches on prevention):

زاناکان چەند تویژینەوەیەکیان کردووە لەسەر ئەو دەرمانانەی کە دەبنە هۆی ڕێگەگرتن لە شێرپەنجەی مەمك. لە تویژینەوەیەکی گەورەدا، دەرمانی جۆری تامۆکسفین (Tomoxifen) دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی حاڵەتەکانی شێرپەنجەی مەمك لەو ژنانەدا کە زۆر مەترسی تووشبوونیان لێدەکرێت، ئێستا زاناکان تویژینەوە لەسەر ئەوە دەکەن کە ئایا دەرمانی جۆری رالوکفسین (Raloxifen) هەمان کاریگەری تامۆکسفینی هەیە، ئەم تویژنەوەیە پێ دەڵێن ستار STAR (Study of Tomoxifen and Raloxifen) ئەم تویژینەوەیە ئەو ژنانە دەگرێتەوە کە تەمەنیان لەسەرور 35ساڵییەوەیەو چوونەتە قۆناغی لێچوونەوەوە مەترسی توشبوونیان لێدەکرێت بەم شێرپەنجەیە.

*تویژینەوە لەسەر دیاریکردنی نەخۆشییەکە (Researches on Detection and Diagnosis):

لەتویژینەوەیەکدا دیاریکەری شێرپەنجە (tumor marker) بەکاردەهێنرێت، ئەمەش بریتییە لە مادەیەك کە بەڕێژەیەکی زۆر لەو کەسانەدا هەیە کە شێرپەنجەیان هەیە، کە ئەوانەیە لە ناو خوێن، میز یان شلەی ناو مەمکدا هەبێت، هەندێك لەو شێرپەنجە دیاریکەرانە بەکاردەهێنرێت لە نەخۆشی شێرپەنجەی مەمکدا بۆ دیاریکردنی نیشانەی نەخۆشییەکە دوای چارەسەرکردن. شتنی ڕێڕەوەکان (Ductal Lavage) تویژینەوەیەکی دی کە تا ئێستا بەردەوامە ئەم تەکنیکە نموونەیەك لە خانەکانی ناو ڕێڕەوی مەمکەکە کۆدەکاتەوە، پاش ئەوەی بۆریەکی لاستیکی تەنکی چەماوە دەکرێت بەدەرچەی ڕێڕەوی شیرەکە لەسەر گۆی مەمکەکە، لەڕێگەی ئەم بۆریە لاستیکەوە گیراوەیەکی خوێنی دەکرێتە ناو ڕێڕەوەکەوە، پاشان گیراوەکە ڕادەکێشرێتەوە، لەگەڵیدا خانە ناوپۆشەکانی ڕێڕەوی شیری مەمکەکە دێت، پاشان ئەم خانانە لەژێر مایکرۆسکۆپدا دەپشکنرێت بۆ دیاریکردنی هەبوونی خانە شێرپەنجەییەکان یان هەر گۆڕانکارییەك لەخانەکاندا کە مەترسی تووشبوونی شێرپەنجەی مەمکیان لێدەکرێت.

تویژینەوە لەسەر کەمکردنەوەی کاریگەرە لاوەکیەکانی چارەسەرکردنی شێرپەنجەی مەمك (Researvches on lessen Side effect of Treatment) یەکێك لەو تویژینەوانە کە تا ئێستا بەردەوام پێی دەڵێن پشکنینی شانەی پارێزەری لیمفە گرێکان (Sentinel lymphnode biopsy): بۆ زانینی ئەوەی کە ئایا دەتوانرێت ژمارەی ئەو لیمفە گرێیانە کەمبکرێتەوە کە لادەبرێت لە کاتی نەشتەرگەریەکە. سەرەتا مادەیەکی تیشکدەرو بۆیەکی شین دەکرێتە شانەکانی نزیك شێرپەنجەکەوە، ئەو مادە تیشکدەرە لە ڕێگای کۆئەندامی لیمفەوە دەچێتە ناو لیمفە گرێکانەوە کە شێرپەنجەکەیان بۆ چووەو تەشەنەی کردووە، بۆ زانینی لیمفەگرێ پارێزەرەکە (Sentinel node)، پزیشکە نەشتەرگەرەکە سەیری بۆیە شینەکە دەکات هەروەها بەبەکارهێنانی پشکنەری سکانەر (Scanner) شوێنی مادە تیشکدەرەکە دیاری دەکات: لەم کاتەدا نەشتەرگەرەکە تەنها ئەو لیمفە گرێیانە لادەبات کە بۆیە شینەکە یان مادە تیشك دەرەکەیان تێدایە. پاشان پزیشکی پسپۆڕی پشکنینی شانەی لیمفەگرێکان دەپشکنێت بۆ دۆزینەوەی خانە شێرپەنجەییەکان، ئەگەر ئەم ڕێگەیە کاریگەربێت هەروەکو ڕێگەی دوورتوێکردنی لیمفەگرێکانی بن خاڵ بە نەشتەرگەری، ڕێژەی دروستبوونی هەڵناوسانی لیمفاوی کەم دەکاتەوە (Lymphedema)

سەرچاوە:

www.cancer.gov

چۆن بە وشیاری مامەڵە لەگەڵ منداڵی خەموکدا بکەین؟

پەرچڤەی: دیار ئەنوەر

چۆن خزمی منداڵ دەزانن کە منداڵەکەیان خەمۆک بوە؟ یا خەریکە توشی دەبێت، و ئایا پێویستە دڵەڕاوکێیان توش ببێت لەبەر خەمۆکی منداڵەکە؟ یا ئەو سکاڵایەنەی لای منداڵ بەدی دەکەن شتێکی کاتیە خۆی دەڕوات و هیچ جێی گومان نیە؟

لەسەرەتادا هەندێك بیرۆکەی نادروست هەیە دەبارەی خەمۆکی و لەسەر ئەو بیرۆکانە بنەمای مامەڵەی دەوروپشتی خێزانی لەگەڵ منداڵ دا دەبێت و لەو بیرۆکانە ئەمانەی خوارەوە دەخەینەڕوو:

1-تەماشاکردنی نەخۆشسی خەمۆکی وەکو شتێکی یەکسان لەگەڵ بێ توانایی و بێ ویستی لەبەر ئەوەی کە خەمۆکی نیشانەی بێ هێزیە و باسکردنی شتێکی شەرمەزارییە و لە ڕاستی دا ئەم بیرۆکانە شان بەشانی سکاڵاکانی خەمۆکی لەسەر منداڵەکە کار دەکات چونکە سکاڵاکانی خەمۆکی هیچ نیە زیاتر لەوەی کە بەشێك بێت لە گەورەکراوەی خەم و بێتاقەتی و بێسەرنجی بۆشتەکان یا کەمی توانا لای کەسی دووچار بوو، لەبەر ئەمە خەمۆکی وەکو شتێکی ئاسایی گەورەکراو سەیر دەکرێت. دەتوانین ئاشنای بین بەلام ئەستەمە لە سەرمان قبوڵی بکەین، (بۆ نمونە): واسەیر دەکرێت کە ئەو منداڵەی دەستی دەشوات بۆ 100 جار لە ترسی ئەوەی توشی نەخۆشییەك ببێت نەخۆشە بەلام ئەو منداڵەی تاقەتی نیە کە هیچ جۆرە شتێك بکات، نایەوێت یاری بکات، دەوروبەری تێی دەگەن تا ماوەیەك پاشان دوای ئەوە دەبێت خۆی خۆی بجوڵێنێت و دەرکەوتنی ئەم جۆرە بیرۆکانە لە ڕۆژگاری ئەمڕۆدا تابێ بەنێگەتیڤ تر سەیر دەکرێت چونکە خەمۆکی وەکو حاڵەتێك ناکرێت بە میکانیزمێکی بایۆلۆژی بەوەرگرتنی دەرمان چارەسەربکرێت و پاشان چاکبونەوە.

2 بیرۆکەیەکی دی هەیە دەڵێت: تەمەن کەمەکان توشی خەمۆکی نابن و لە ڕاستیدا ئەم بۆچونە هەڵەیە چونکە خەمۆکی توشی هەموو کەسێك دەبێت گەنج و پیر و منداڵ و

لە هەموو چینەكانی كۆمەڵ، بەڵام سكاڵاكانی خەمۆكی جیاوازیان هەیە لەگەڵ تەمەنی دووچاربوودا.

3-بیرۆكەیەكی دی دەڵێت: تەمەنی منداڵ تەمەنێكی پڕ شادی و بەختەوەرییە چونكە سەرەتایەكی بێ خەم و بێ كێشەی ڕاستیە و خەم و خەفەت ئەگەر هەبوون لای منداڵ كاتیەو بێ بایەخە و ئازار بەخشی نیە، و لە ڕاستیدا ئەم جۆرە بیرۆكەیە تا ماوەیەكی زۆر هەبو چونكە ئەو وێنەیەمان لە مێشكدا چەسپاوە كە منداڵ بۆچی بیرۆكەی ناخۆشی بە خەیاڵدادێت وەكو (دڵە ڕاوكێ و نقوم بوون لە خەفەت و بێزاری و نارەحەتیدا؟ و لە ڕاستیدا گەورەكان بە بیریان نایەت كەچەند بیرۆكەی ناخۆش و هەستی دوخێنەر هەیە یا دروست دەبێت لای منداڵ دوای هەندێك لە گۆڕانی ژیان وەكو: (جیابونەوەی دایك و باوك، لە دەستدانی كەسێكی ئازیز، كارو باری قوتابخانە...هتد)، ئەمانە سەرچاوەی ناخۆشن لەوانەیە بێن بە خەمۆكی جگە لەوەی كە جیاوازی لە نێـــوان دووچـــاربووانی خەمۆكیدا هەیە بۆ نمونە:

هی وایان هەیە ئاستی ئارامی و دان بەخۆدا گرتنی بەرزترە لە یەكێكی دی لەگەڵ گۆڕانەكانی ژیان دا واقیعێكی دی هەیە كە منداڵان جیاوازن و یەكسان نین، هەموویان شادنین بە تایبەتی منداڵانی ئەمڕۆ، زۆر زیاتر لە جاران سەلمێنراوە كە ئەگەری توش بوونیان زیاترە بەهۆی كاریگەری هەندێك لە داهێنانی نوێی وەكو: TV چونكە یەكەم لایەنەكەشتی قورس و ئازار بەخش پیشان دەدات وەكو (وێنەی توندو تیژی بە هەموو جۆرەكانیەوە) لەكاتێكدا منداڵەكە زۆر هەستیارە بەرامبەر دەوروبەری، بەڵێ زۆر ئەستەم بو پێش ئێستا كە بزانین منداڵ دووچاری خەمۆكی دەبێت بە تایبەت ئەگەر منداڵ لە كەشێكی گونجاو پەروەردە كراو پێداویستیەكانی بۆ دابین كرابێت و شان بەشانی ئەوە ئەوەی دایك باوك هەستی پێ دەكەن بەرامبەر منداڵەكەیان وای بۆ دەچن كە زۆر سەیرەو نامۆیە كە منداڵەكەیان توشی گرفتی دەروونی بوبێت (مەبەست لە خەمۆكییە) كاتێك كە دەبینن پەست و دڵتەنگ و بێ تاقەتە، زوو توڕە دەبێت وەكو جاران ناخوات، فرە هەستیارە، نوستنی خراپە (واتە كەم نوستنە) ...هتد.

لەهەمووی گرنگتر ئەوەیە كە ژمارەیەكی كەم لەم دایك و باوكانە هەست بە پێویستی دروستی پرسیاركردن دەكەن لە خۆیان ئایا ئەم بێ تاقەتیەی منداڵەكە بەدی دەكرێت تیایدا چ كاریگەری بەسەر پاشەڕۆژی منداڵەكەیان لە داهاتووی ژیانیدا هەیە؟

4-یەكێكی دی لەو بیرۆكانە ئەمەیە: دووچاربوانی خەمۆكی خۆیان باشتر دەبن بەباسكردنی شتە پۆزەتیڤەكانی ژیانیان كە هاوكاتە لەگەڵ كێشەكان لەڕووی قوڵكردنی هەستی تێكچوون لای منداڵی دووچاربوو زۆر ڕێگەی چارەسەر هەیە وەكو:

وتووێژكردن لەگەڵ منداڵە تووشبووكە، منداڵ بە تایبەت و هەرزەكار بە شێوەیەكی فرە لایەن دەبێت دڵنیایی هەبێت لە تێگەیشتنی دەوروبەری خۆی بۆ هەستەكانی و كەبێ ئاگای نیە لەلایەن ئەوان و پشتگوێ نەخراوە و بەتەنها نیە و كێشەكانی ژیانی بێچارەسەر نیە و دەورپشتی خێزانی یارمەتی دەدەن بۆ هەستكردن بە ئاسودەیی بەڵام (بۆ نمونە): ووتنی ووشەی (ئەشبینیت هەموو شتەكان باشتر دەبن بەیانی) كاردانەوەی نیە بەسەر منداڵەكە چونكە منداڵ بێ ئەزموون بێ شارەزاییە و نازانێت كەهەستەكان و كاروباری ژیان گۆڕانی زۆری تێ دەكەوێت لەبەر ئەوەش ئەم ووشەیە شارەزانیە.

5-یەكێكی دی لەو بۆچونانە ئەمەیە: (باسكردنی خەمۆكی ئاستی تێكچوونەكە لای منداڵ زیاد دەكات) ئەمە وادەكات كە تێكچوونەكە تەشەنە بكات چونكە باسكردنی

خەم و نالاندن بەدەست کێشەکانەوە ڕێگە خۆشدەکات بۆ مەستی پێویستی ئێمە بۆ یارمەتی کەسە نزیکەکانمان بۆ داوای یارمەتی لێیان و ڕزگارمان بێت لەو گرفتانە، بەڵام جێی ئاماژەیە کە چارەسەری دەروونی ڕۆڵێکی بەرچاوی بینیوە لە ڕووی وەستانی ئەو سکاڵا قورسانەی کە لە دووچاربووانی خەمۆکی بەدی دەکرێت (ئەگەر منداڵ بن یا گەورە) بێجگە لەوەی کە ئەو شتانە ئاشکرا کراوە کە هەموو کەسێك توشی خەمۆکی دەبێت لە هەموو تەمەنێکدا توشی گرفتی دەروونی دەبێت (خەمۆکی یەکێکە لەو گرفتانە) وەکو شتێکی ئاسایی کە منداڵ و هەرزەکار و پیر دەگرێتەوە، لێرەوە تێ دەگەین کە بۆچی بەو پێشەکیە دور و درێژە باسی خەمۆکیمان کرد مەبەست لەوە بوو کە دەورروپشتی منداڵ وەکو (1-خێزان ی منداڵ، 2- قوتابخانە و مامۆستا بەتایبەتی). ئاشنای بن و لەو دیاردەیەی کە خەم و بێزاری و بێتاقەتی لای منداڵی خوێندکار دروستی دەکات وەکو:

1-کێشەی قوتابخانەی

2-زوو هەستیار بوون.

3-دابەزینی وورەی کۆمەڵایەتی وەکو (گۆشەگیری و دڵەڕاوکێ..هتد).

بەڵام خێزانی منداڵەکە دەتوانێت هاوکاری منداڵەکەیان بن پێش تەشەنە کردنی نەخۆشییەکە و بێ ئاماژەیە لە لایەکی دیکەی زۆر دیومانە کە خێزانی منداڵ کاتێك خەمۆکی تێدا بەدی دەکەن کە دەمێکە گیرۆدەیەتی و ژیانی قورس بوە و ژیانی خێزانیش قورستر دەبینرێت بەڵام ئەوەی کە ئەمە زیاد دەکات و قوڵتری دەکاتەوە پێشبینی منداڵەکەیانە چونکە منداڵی خەمۆك باسی خۆی ناکات و شاراوەیە لەم هەستانەی هیچ پەیوەندی نیە بە هەستە ڕاستیەکانی خۆی لەگەڵ ئەوەشدا ئەو سکاڵا تایبەتانەی کە منداڵ ئاماژەی پێ دەکات بۆ چاودێریکردن دەبێت بە مەرجێك: گەورەکان شارەزای بن وەکو:

1-ڕاکردن لە قوتابخانە.

2-نزمی ئاستی تێگەیشتنی لەوانەکان

3-ترسی کۆمەلایەتی بۆ ئازاردان، ئازاردانی براو خوشك و ئاژەڵ

4-کێشەی ئەندامی.

5-زوو زوو تووڕەبون.

6-مەزاجی خراپ.

7-ویستێك بۆ کردنی شتی بێبایەخ.

8-ویستی شەرانگێزی.

بۆ تیشکدان بە بابەتی خەمۆکی، توێژینەوەکان سەلماندویانە کە پێویستی منداڵی بچوك بۆ کەس و کاری بە تایبەت دایکی توشی دڵەڕاوکێ دەبێت و ئەم پێویستیە کە نەیەتە دی بەهەر هۆیەك بێت وەکو چەند سکاڵایەك دەردەکەوێت لەوانە:

1-دڵە ڕاوکێ و ترسی جیابونەوەی دایك و باوك.

2-گریانی بەردەوام بۆ چەند کاژێرێك.

3-تێکچونی هەڵسوکەتی منداڵ دوای ڕۆیشتنی دایکی لەلای.

4-توشی بیرۆکەی ناخۆش دێت بەشێوەی مۆتەکەی ناخۆش.

5-ترس لە فڕاندن.

6-ترسی زۆر لەبارەی تەندروستی دایك و باوکەوە کە لە دەستیان بدات.

7-کاتێك کە ئەم ترسەی کە لە دەستدانی دایك و باوکە وردە وردە دەبێت بە نەخۆشی خەمۆکی، بە کورتی دەتوانین بڵێین: ئەگەر ئەم سکاڵایانە مانەوە بۆ چەند هەفتەیەك بە بەردەوامی ئەوا بەم شێوانە دەردەکەون:

1-گۆڕانی هەڵسوکەوتی منداڵ.

2-لەدەستدانی چێژ وەرگرتن لە هەموو شتێك.

3-تێکچون لە بڕی خواردن (نەمان یا زیاد بون)

4-تیژ ڕەوی و ئارەزووی ململانێ.

5-خاوی.

6-میلاکی وورە نزمی.

7-کێشەی سەرنجدان بە شتەکان.

8-کێشەی نووستن.

9-بیرۆکەی مردن.. هتد.

ئەو سکاڵا تایبەتانە چین کە زۆر لە خەمۆکیدا دیارن؟

هەندێك سکاڵا دەبێت لەبەر چاوی خزم و مامۆستابێت وەکو کەسی گەورە کە دەورروپشتی منداڵیان پێك هێناوە بۆ ماوەیەکی درێژ و لەوانە:

1–هەموو گۆڕانێك لە هەڵسوكەوتی منداڵەكە لەگەڵ باری پێشویدا خاڵێكی گرنگە:

*فرە هەستیاری.

*خاوی هەناسە.

*جوڵەی زۆر و نائاسایی.

*دابەزینی وره.

*هەستكردن بە گوناه و بە تاوان.

*كەمی پشتگیریكردن لە خۆی واتە (خۆی بەكەم دەزانێت).

*بیرۆكەی مردن یا هەوڵدان بۆ خۆكوشتن.

*كێشەی سەرنجدان لە شت یا تێكچونی توانای بیركردنەوە بەگشتی.

2–هەست و سۆزی نێگەتیڤ كە بەدی دەكرێت لای منداڵی خەمۆك وەكو:

1–هەستێكی قوڵ بەبێ توانایی یا بێزاری و بێ تاقەتی.

2–نائومێدی و هیوا بڕاوی.

3–نەكردنی هەندێك كار كە لەوەوپێش دەیكرد.

4–ویستێكی گەرم بۆ گریان (وجار جار زۆر زۆرە و بێ هۆ).

5–جوڵەی خاوە.

6–نێگەتیڤێكی زۆر.

7–ڕوخسارێكی مۆن و خەمبار وبێ ئومێد.

8–فرە هەستیاری.

9–شەڕانگێزی.

10–ئارام بڕاوی... هتد.

3–لەدەستدانی چێژ لە كردنی هیچ جۆرە كارێك (كار یا چالاكی) چونكە خەمۆكی بەوە ناسراوە كە لەدەستدانی چێژ و كەمی سەرنجدانە بە ئاستی جیاجیا بە جیاوازی كەسەكان، (بۆ نمونە): منداڵەكە هیچ چێژێك وەرناگرێت لە كردنی هیچ جۆرە شتێك و هەستی خۆشی لای كەمە (ئەگەر بەتەنها بێت یا لەگەڵ هاوڕێكانیدا) ئەم خاڵە زۆر گرنگە و دەبێت كەسوكاری ئاگاداری ئەم خاڵە بن وەكو خۆپاراستن.

4–حاڵەتێكی هەرایی بە تایبەتی كە لە پڕدێت (بۆ نمونە) منداڵەكە وای لێ دێت تەحەمول ناكرێت، خەڵك بێزار دەكات و بیر لە كاروباری خێزانی ناكاتەوە وەكو ئامادەبون لەبەردەم مێزی نانخواردن كە خێزان هەموو پێكەوە دانیشتوو.

5–خاوی: واتە خاوی هەناسەدان– جوڵەی زۆر، (بۆ نمونە) ووتەی خاوە، جارجار بێدەنگە پێش وەڵام دانەوە و قسەكردن بە دەنگی بێ توانا یا بەشێوەیەكی بێزاركەر قسە دەكات، جوڵەی خاوی لەش، نزمی ئاستی قسەكردن بۆ (كەمی یا نەبونی قسەكردن واتە لاڵ بوون)، ئەمەش وا دەكات منداڵ هەست بە ماندوبوون و هیلاكی زۆر بكات كە كێشەیەك دەبینێت لەكردنی هەندێك ڕاسپاردە یا هیچ كارێك وەكو: ئامادەكردنی جانتای قوتابخانە و ڕێكخستنی قەڵەم و دەفتەر و شتی دی یا پاك شۆردنی ددانەكانی... هتد و كەمی سەرنجدان.

6–دەركەوتنی لەپڕ و بە شێوەیەكی بەیناو بەین كێشەی سەرنجدان بەشتەكان و ناتوانایی بۆ بڕیاردان و هەندێك جار شكات لەوە دەكات یادەوەری تێك چوە و بە ئاسانی سەرنجی لادەچێت، لای منداڵ ئەم كارە ڕۆڵێكی گرنگ دەبینێت لە دروستبوونی كێشەی تەواوكردنی قۆناغە جیاجیاكانی قوتابخانە واتە دەرچوون بشێوەیەكی گشتی بەڵام جێ ئاماژەیە ئەم دوخاڵە زۆر بەدی دەكرێت لای منداڵێكی ئاساییش بەبێ ئەوەی كە خەمۆكی هەبێت.

7–بیركردنەوە لە مردن، (بۆ نمونە): وای بۆ دەچێت كە بمرێت باشترە لەوەی دەرنەچێت (و ساڵەكەی دوبارە بكاتەوە) و بەتەنها ترس نیە لە مردن (بۆ نمونە): (باپیرەم پیرە، ئایا دەمرێت؟ بەڵام دەبێت سەرنج بدەین بۆ سروشتی سەیركردنی مردن و ئاستە جیاوازەكانی بۆ چونە ناو تەمەنەوە و جێی ئاماژەیەكە هەندێك كات منداڵی خەمۆك

پێویستی بە تێپەڕاندنی کێشە دەروونییەکان هەیە بۆ زاڵ بون بەسەریدا و لەکاتی جیاجیادا و دەبێت ئەگەر بیرۆکەی مردنی هەیە وەکو (خۆکوشتن) بە گرنگ تەماشابکرێت و ئەمە ئاساییە چونکە پێش هەوڵی خۆکوشتن هەندێك ووشەو یا ڕوخساری خەمباری بەکار دێنێت بە (نووسین یا بەزار)

باسی خواستی خۆکوشتنی دەکات، و ئەو پرسیارەی دەبێت لەلایەن کەس و کارییەوە بکرێت ئایا چۆن بەرەنگاری ئەم خۆکوژییە بین؟ چۆن یارمەتی منداڵەکەمان بدەین؟ و چییە ئەو کارە خراپانە کە دەبێت نەکرێت؟ ئێمەش دەڵێین: خەمۆکی منداڵ دەروونی خزمی دەهروژێنێت کاتێك کە کێشە دروست دەبێت لەگەڵ ئەندامی دیکەی خێزان یا خزم، هەستکردن بەوەی کە منداڵەکە لاوازی هەیە لە ڕووی کۆمەڵایەتی یا ئەگەر کەسی خەمۆك گەورەبێت (تێکچونی مامەڵەی لەگەڵ مێرد یا ژن)، هەستکردن بە شەرمەزاری بەهۆی خەمۆکی لە خێزانەکە یا بۆ کەسی دووچاربوو خۆی، لە بەر ئەم هۆیە دەبێت هەماهەنگیەك دروست بکرێت بۆ تێك نەدانی ڕەوتی ئاسایی خێزان وەکو پێویست خێزان بۆ زاڵ بون بەسەر ناڕەحەتی و نا هەمواری ئەمەش پێویستی بە هاوکاری دایك و باوك هەیە بۆ تێگەیشتنی لە حاڵەتەکە بۆ کەم کردنەوەی هەستی تاوان و گوناهباری لای منداڵ بەهۆی جیابونەوەیان (بۆ نمونە) بیرکردنەوەی بەردەوام لە هەموو ئەو کاروبارانەی تایبەت بە خێزانە و چاودێری منداڵەکەی دیکەیان ئەگەر هەبون ئیهماڵی ئەوان نەکەن دەعوەتکردنی خەڵك بۆ ماڵەوە ئاساییە ئەگەر بیانەوێت، پێویست ناکات شەرمەزاربن لە خەمۆکی منداڵەکەیان (چونکە حاڵەتەکە ئەوە هەڵناگرێت کە خەمی بۆ دەخۆن و بێ تواناییش نیە چونکە لەوانەیە هەموو کەسێك توشی ببێت و مایەی شەرمەزاری نیە بۆ خێزانەکە، زۆر جار دایك هەست بە تاوان دەکات بەوەی کە ڕەنگە خەتای ئەو بێت منداڵەکە وایە ڕاستە هۆکاری بۆ ماوەیی ڕۆڵی هەیە لە بونی خەمۆکی یا نەبونی بەڵام ئەمە ڕوو نادات لە هەموو منداڵەکاندا، دووربینی هۆشیاری و بیرکردنەوە لە هۆکاری چارەسەر چیەو دەبێت چۆن بێت؟ ئەی دەبێت چی بکرێت بۆ باشترتبونی منداڵەکە، لە دڵەڕاوکێ، دایك و باوك یا هەستکردنیان بە تاوان خۆی لەخۆی دا چارەسەر نیە بەڵکو هەڵەیە و حاڵەکە خراپتر دەکات و ئەمە بۆچونێکی هەڵەیە و دەبێت هەوڵ بۆ گۆڕانی بدرێت.

ئەو هەنگاوانە چین کە دەبێت دایك و باوك ئاشنای بن؟

هەنگاوی یەکەم قەڵەمی بۆیە و کاغەزی بدەرێ و هانی بدە بۆ وێنەکێشانی خەمەکانی، داوای لێ بکە ڕەسمی خەمی خۆی بکات چۆن دەیبینێت، سروشت و ڕوخسارێکی تایبەتی هەیە؟ قەبارەکەی چۆنە؟ بیتراوە یا نا؟ ڕەنگی تایبەتی هەیە؟ ئەم کارە یارمەتی منداڵ دەدات بۆ دەربڕینی هەستەکانی وەکو هەستکردن بە:

گۆشەگیری- بەتەنها و بەبێ توانایی وەکو لەکەسی دیکە کەمتر بێت کە بەڕاستی وا نیە، بێجگە لەوەی کە هەندێك گۆڕانی تێ دەکەوێت بە تێپەڕاندنی کات (دوای) لەگەڵ ئەوەی کە ئەم کارە بۆی باشە وەکو: گۆڕانی ڕەنگی خەم، ڕەنگی کاڵ تر بوە، ئێستا ڕەنگی زەردە (ئێستا دورتر دەیبینیم/ داینەگرتووم وەکو جاران).

ئەمەش هەندێك لەو ڕێنماییانەیە کە بۆ زیاتر ئاشنابوونمانە:

بۆ بەرزکردنەوەی وڕەی منداڵەکەت و ڕێزگرتن لە خودی خۆی و پێشکەشکردنی یارمەتی پێویست دەبێت ئەو بیرۆکە نادروستانە کە لە سەر خۆی هەیەتی بەمێنی بۆی ڕوون بکرێتەوە کەوا نیە تا دڵنیا دەبێت و وەکو بەکارهێنانی ووشەی (من) لە جیاتی (تۆ) کە پرسیاری ئاراستە دەکرێت بەمەش دەبێت کە شتێکی دیاریکراوی لێ داوا بکەیت و دەبێت زۆر بەڕوونی بێت و نابێت لۆمە بکرێت لەسەر شتی بی بایەخ، باشتر وایە ئەم ووشەیە بەکاربێت:

کەرێگەت پێ دەدەم بگەرێیتەوە سەعات 6 حەز دەکەم پابەندبیت پێوەی و ئەگەر شتێك بو تەلەفۆنم بۆ بکە چونکە زۆر شتی ناخۆش دێتە خەیاڵم، ئەگەر دڵنیا نەبم بێگومان لەم

وتەیە باشترە (تۆ پێت وتم سەعات 6 دەگەڕێیتەوە ئێستا سەعات 8)ە دەزانیت توشی چ دڵەڕاوکێیەك بوم؟ و دەبێت منداڵ ڕێنمایی بکرێت لەلایەن کەس و کاریەوە لەسەر هەڵسوکەوتی باش و بیر خستنەوەی کە دەبێت خۆی بگونجێنێت لەگەڵ نەخۆشیەکەو لەلای ڕوون بێت پاشان هەستەکان و کردوەکان و ئەو چالاکییەی پێویستە ئەنجامی بدات بە بەکارهێنانی داڕشتنی کەسی قسەبێژ و باسکردنی شتە باشەکانی کە لە تەمەنێکی بچوکتردا کردبونی وەکو داڕشتنی یادەوەری پۆزەتیڤ لای بەکورتی : ئەوەی پێی بگەیەنین کە ئەو کەسێکی گرنگە بەباسکردنی شتە باشەکانی یا سەرنجدان بە بابەتێکی سنووردار وەکو:

(حەزم دەکرد جوانتر وەڵامی ئەو خانمە بدەیتەوە) و گرنگە کە دایك و باوك چالاکییەکی ڕۆژانە بنوێنن لەگەڵ منداڵەکەیان گرنگی خۆی هەیە بۆ کاتێکی کەمیش بێت (بۆ نمونە) دایکەکە بە منداڵەکەی بڵێت: (زۆرم پێ خۆش بو کەرەسمان بەیەکەوە کرد).

2-بۆ تێپەڕاندنی کێشەی نووستن، هانی بدە بۆ باسکردنی ئەو شتانەی بە مێشکیدا دێن و دەڕۆن، کاتێکی تەواو سەرف بکە لە گەڵیدا و بزانە چۆن بیر دەکاتەوە و حەزی لە چیە؟ گرنگە قسە بکات ئیتر ئەگەر لەماناکەی تێنەگەیشتیت داوای لێ بکە بۆت ڕوون بکاتەوە مەبەستی چیە؟ (بۆ نمونە) باسی تۆپی‌ی بۆ بکە: تۆپ قەبارەکەی چۆنە؟ ڕەنگی چۆنە؟ ئایا جوانە؟ ...هتد.

بەواتایەکی دی دەڵێین ئێوە ببن بە ئاوێنەیەکی فراوان بۆی و گوێبیستی قسەکانی بن و پێی مەبن بۆ ئەوەی هەست بە دڵنیایی بکات کە ئێوە تێی دەگەن بۆ کەمکردنەوەی کێشەی نوستن و کەم ڕێزی لە خودی خۆی چونکە کاتی نووستن پێویستی بە ئارامی هەیە و هی ئەوە نیە کە بە ماتی بچێت بنوێت.

3-بۆ ڕزگارکردنی لە شەرمنی زۆر ستراتیژیەت هەن بۆ چارەسەری شەرمنی وەکو لاسایی کردنەوەی کردەوەی باش کە هاوتەمەنەکانی خۆی دەیکەن هاندانی کردنی شتی باش وەکو ئەوان داوای لێ بکەن یاری بکات لە حەوشە یا لە یاریگای قوتابخانە لەگەڵ هاوڕێکانیدا.

4-بۆ زاڵ بون بەسەر کێشەی خوێندندا دەبێت منداڵ چاودێری بکرێت وردە وردە باشتر ببێت لەو چالاکییانەی پێویستە ئەنجامی بدات و فێری هەنگاوی باش ببێت کە بگات بەو ئامانجەی دەیەوێت نەك وەکو شاخ بێت بە کۆڵیەوە.

5-بۆ یارمەتی دانی منداڵی شەرانگێز دەبێت ئەو کردەوانەی دەیکات سەرزەنشت بکرێت نەك کەسایەتی منداڵی شەرانگێز و داوای لێ بکرێت هەڵسوکەوتی باشتر بکات وەکو: (هیوام وایە براکەت عەزێیت نەیەیت) یا (ئەگەر من نەیەڵم TV سەیربکەیت لەبەر ئەوەیە کە عەزێتی هاوڕێکانت دەدەیت) باشتر وایە پاڵنەری پۆزەتیڤی بەکاربهێنرێت وەکو (ئەگەر هەتا هەفتەیەك عەزێتی کەس نەدەیت پەیمانت پێ دەدەم بتبەم بۆ پیاسە لەگەڵ هاوڕێکانت) بەڵام لەلایەن باوك و دایك دەبێت بە ئارام بن کە منداڵەکە تەبریری خۆی دەکات هەندێکجار لەوانەیە منداڵ قوربانی بێت ئەو هەست دەکات کە ئەو هیچی نەکردوە و دەبێت ئەم وشانەی ئاراستە نەکرێت:

1-تۆ قەت ناگۆڕێیت، یا مێشکم چوو بە دەستەوە، یا ئەو وشانەی کە هەستی گوناهباری لای منداڵ دەخولقێنێت وەکو: (ژیانت لێ تاڵ کردوین) چونکە منداڵ ڕاستە بێزارە بەڵام زۆر هەستیارە بەکەم ترین وشە ئەمەش وا دەکات حاڵەتەکەی تەشەنە بکات و بەردەوام بێت.

و لە کۆتاییدا دەڵێین: هەموو کەسێك توشی خەمۆکی دەبێت بەڵام ئێمە ئەمڕۆ کۆمەڵێك زانیاریمان هەیە سەبارەت بە خەمۆکی کەوامان لێ دەکات وشیار تربین لە خەمۆکی و زیاتر قبوڵی منداڵی خەمۆکی بکەین چونکە تاوانی ئەو نیە، خاو و خلیچکی ئەو نیە و شەڕانگێزی ئەویش نیە، هتد و هەموو مافێکی هەیە کە خێزانەکەی ڕێزی لێ بگرێت و فەرامۆشی نەکات.

سەرچاوە:

كيف نفهم الطفل المكتئب و نساعده

كريستين نصار

نەخۆشییەکانی کەسێتی

Personality Disorders

نووسینی لیندا لابیلی
پەرچڤەی: ڕوخۆش عەلی

نەخۆشیەکانی کەسێتی لە میانەی هەڵسوکەوتی نائاسایی و بیرکردنەوەو هەستکردنی تایبەتی و کۆنترۆڵ نەکردنی ئارەزووە هەنووکەییەکان جیادەکرێتەوە.

کەسێتی هەموو مرۆڤێك لە شێوازی بیرکردنەوە و هەڵسوکەوتییەوە دەردەکەوێت کاتێك کە ڕەفتار و هەڵسوکەوتی توندو نەگونجاوونا کۆمەڵایەتی بێت ئەوکاتە کەسەکە بە مرۆڤێکی نەخۆش دەستنیشان دەکرێت، زۆربەی نەخۆشیەکانی کەسێتی وەك گرفتی گەشەکردنی تایەتی کەسێتی دەست پێدەکات و لە ماوەی هەرزەکاریدا دەگاتە لوتکە لە پاشدا وەك نەخۆشییەکانی کەسێتی تێدا دەردەکەوون.

بە واتای تەواو دەتوانین بڵێین ئەو نەخۆشیانە نەخۆشی تەواونین چونکە کاری مزری یان ڕەفتاری ڕاناگرن، هەرچەندە هەندێك لەوانەی دووچاری ئەو نەخۆشیانە دەبن سەختی و ناخۆشی و گۆڕانەکانی ژیان ماندوویان دەکەن. و تاڕادەیەکی زۆریش گەرتەشەنەیان کرد ئەوا کەسەکە توشی هەندێك شکستی دەکەن، سەرەتا ئەم نەخۆشیانە لە دەستپێکی هەرزەکاریدا دەردەکەوون کە دەتوانن بەم شێوەیەی خوارەوە پۆلێنیان بکەین:

*نەخۆشی کەسێتی نا کۆمەڵایەتی
Antisocial Personality Disorder
ئەم نەخۆشیە بەوە جیادەکرێتەوە کە ئەو کەسانە هەڵسوکەوت و ڕەفتاریان تا ڕادەیەك دوورە لە یاساو نەریتە کۆمەڵایەتیەکان بە تەواوی نەگونجاندنیان پێوە دیارە هەندێك جار ئەمانە ناو دەبرێن بە کەسێتی سایکۆپاس Psychopaths یان Sociopaths.

*نەخۆشی کەسێتی دوورە پەرێز
Avoidant Personality Disorder
کەسێکە کە بەئاشکرا شەرمنی و کپ کراوی کۆمەڵایەتی و هەست بە کەم بوون هەستیار لە ڕەخنەگرتندا دەردەکەوێت.

*نەخۆشی کەسێتی ناجێگیر
Borderline Personality Disorder
بەوە دەناسرێتەوە کە کەسەکە ناسنامەی خودی لەدەست ئەدات ئارەزووەکانی بەخێرایی دەگۆڕێت و ناسەقامگیری لە

پەیوەندییەکانی بە کەسانی دیەوە دیارە و هەڵەشەیی و ناجێگیری لە هەڵوێست و ڕاکانی بۆ چوونەکانی دەردەکەوێت.

*نەخۆشی کەسێتی پشتبەستوو
Dependant Personality Disorder
کەسەکە زۆر پێویستی بەکەسانی دی هەیە و خۆی ناتوانێت هیچ بڕیارێك بدات یان سەربەخۆ بەرگری لە خۆی بکات و هەڵسوکەوت ڕەفتارەکانی ئازادی کەسێتی پێوە دیاربێت.

نەخۆشی کەسێتی هیستری
Histronic personality Disorder
ئەوکەسانە دەناسرێنەوە بە زیادەڕۆیی و نیشاندانی کاردانەوەی سۆزداری نەشیاو و ئاڕاستەکردنی هەڵسوکەوتی ژیانی ڕۆژانەی بەشێوەیەکی سەرنج ڕاکێش و گۆڕانی خێرا خێرا و کوت و پڕ لە بواری سۆزو ڕەفتاریدا.

نەخۆشی کەسێتی نێرگزی
Narcissistic Personality Disorder
ئەمانە هەستیارییەکی زۆریان بەرامبەر کەسانی دی هەیە تا ئەو پەڕی ڕادە خۆیان خۆش دەوێت و لە هەموو بوارێکەو خۆیان لاپەسەندە و شێوەو ڕەفتار و ڕاو بۆچوونەکانی خۆیان لە هی هەموو کەس بە باشتر دەزانن مەزنێتی و گەورەیی لە خۆیاندا دەبیننەوە.

*نەخۆشی کەسێتی کپکراو
Obsessive- Compulsive Personality Disorder
ئەم نەخۆشیە بە حاڵەتێکی نموونەی توندوڕەوی و جێگیرنەبوون لە بیرکردنەوە و کاردانەوەی توندو کۆنترۆڵ نەکردنی خود جیادەکرێتەوە.

*نەخۆشی کەسێتی پارانۆیا
Paranoid Personality Dis order
ئەم نەخۆشیە دەناسرێتەوە بە بێباوەڕی بەکەسانی دی و بڕوا بوون بە ناپاکی مەبەستی شاراوە کەسانی دیکەو کینە لە دڵ گرتن و خۆبەزل زان جیادەکرێتەوە.

*نەخۆشی کەسێتی شیزۆفرینی
Schizoid personality Disorder
سەرەتا بە کۆمەڵێك هەڵچووی دیاریکراو لە ڕەفتار و ئەزموون و هەڵسوکەوتدا دەردەکەوێت وبایەخ نەدان بە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان جیادەکرێتەوە.

*نەخۆشی کەسێتی شیزۆتایپڵ
Schizotypal personality Disorder
ئەم نەخۆشیە جیادەکرێتەوە بە بیرکردنەوەی سەیرو سەمەرە هەروەها ناشایستەیی لە ڕەفتارە هەڵسوکەوت و پەیوەندییەکان بە خەڵك و بۆچوونەکانەوە بۆ نموونە بڕواهێنان بە دیاردەی ڕۆحانی و هێزە نەفسوونییەکان.

دکتۆر سام ڤاکسن لە کتێبەکەیدا پەیوەندییەکان لە نێوان تێکچوونەکانی کەسێتیدا

The Interelation ship between personality Disorder

دەڵێت: زۆر خاڵی هاوبەش لە نێوان ئەوکەسانەی نەخۆشیی تێك چوونی کەسێتیان هەیە، هەیە کە ئەمانەن هەندێك لەو خاڵانە:

*خۆپەرستی
Self-Centeredness
کە بە ئاشکرا لە میانەی فەلسەفەی (سەرەتاخۆم) و قاڵ بوون لە بۆچوونی تایبەتیدا دەردەکەوێت، بەشێوەیەك کە خۆپەرستییەکە لە هەموو ڕەفتار و هەڵسوکەوتێکیاندا دیار دەبێت.

*نەبوونی بەر پرسیارێتی تاك
Lack of Individual accountability
لە ئەنجامی کۆسپی دەروونی بەرپرسیارکردنی کەسانی دی و کۆمەڵگە لەو گرفتانەی کە ڕۆژانە توشیان دەبێت بێئەوەی بەشێك لەو بەرپرسیە بخەنە سەرشانی خۆیان.

*بەکارهێنانی شێوازی فێڵکردن و خەڵك هەڵخەڵەتاندن لە ڕەفتار و هەڵسوکەوتدا بۆ بەرژەوەندی تایبەتی خۆیان.

*خەمۆکی Depression
دووچار بوونە بە ئازارەکانی خەمۆکی و نیگەرانی هەڵچوون و ناڕەحەتی و دڵەڕاوکێ.

*ئامادەباشی بۆ تووش بوون بە نەخۆشیەکانی دەروونی وەك نـۆرەی تـرس و خۆنەویسـتی و کـپ کـردن و دوورە پەرێزی لە کۆمەڵ و گوومانکردن لە خەڵك.

*تێگەیشتنی هەڵەو ڕووکەش لە بۆچوونـەکانی خـودی خۆیی و کەسانی دی. درك نەکردن بەبێتوانایی و بەرهەڵست کاری و ناپەسەندی و ناتەبایی یان هەڵسوکەوتی ڕوخێنەر و ئەو کێشانەی کەلەوانەیە هۆکاری توشبونی نەخۆشیەکانی کەسێتی بێت.

*لـەگونجانی کۆمەڵایـەتی: گۆڕینـی یاسـای پـلان و پێشکەشکردنی یاسای نوێ.

هەمە جۆر یان نەگونجاندنی کاریگـەری جیهانی دەرەکی لەگەڵ پێداریستیەکانی خودی خۆیاندا.

ورێنەو نەندێشەیی

*هەلوەسەو وەهم و تێك چوونی ڕاوبۆچوونەکان (جگە لە ڕووداوە دەروونیە کورت خایەنـەکانی نەخۆشی کەسـێتی ناجێگیر).

ڤاکسـن پێشـنیاری تیۆریـەکی یـەکگرتووی زانسـتی شەڕەنگێزی تاوانی ئەکردوە لـە کـاتێکدا هێشتا پێویسـتی بـەوەرگرتنی زانیـاری زۆر سـەبارەت بـەکاری جیـهانی و شوێنمان لەو کارەدا دەکات

نیشانە تایبەتەکانی هەر نەخۆشیەکی دەروونی لە میانەی چیرۆك و سەرگوزشتەکاندا دەردەکەوێت.

بەڵام ئێمە زانیاری تەواو یان توانای سەلماندنی لەگـەری کاریگەری چالاکی هۆکارە دەروونیە گشتییەکانمان لە دەست نیشانکردنی نەخۆشییەکاندا نیە.

گرنگە ئێمە ئاگاداری ئەوەبین کە هەندێ لەو کەسانەی بە نەخۆشـیەکانی ناجێگـیری و گۆشـەگیری کۆمەڵایـەتی و شیزۆیی و کپ کراو دەست نیشان دەکرێت، گیرۆدەی گرفتی تێك چوونی بایۆلۆژی و پێك هاتەی جەستەی Anatomical و ئەلەکتریکی لەش و پێك هاتـەی کیمیایی مێشك neuro chemical دەبن. پەیوەندیـەکی جینـی بـەهێز لـە نێـوان نەخۆشـی گۆشەگیری کۆمەڵایەتی و نەخۆشـی ناجێگیریدا دۆزراوەتەوە بڕوانە Genetic and Mental Disorder

چارەسەرکردنی نەخۆشیەکانی کەسێتی

دکتـۆر دایڤـد.ن. ڤـادمز لـە نەخۆشـخانەی چارەسـەری دەروونی ئەتلەنتا و لە (The psychological letter, Ffeb 2000) دا دەڵێت. چارەسەرکەران گرفتی زۆریـان هەیە لەگەڵ ئەوانەی دووچاری نەخۆشی کەسێتی بوون، ئاسوودەکردنی نەخۆشـەکان کـارێکی سـەختە چونکە بەربەسـتێ لـە بـەردەم پرۆسەی ئاڵوگۆڕی ڕاوبۆچونی کاریگەر و دوورە پەرێزی لە گەشەکردنی پـەیوەندی بـاوەڕپێکراو و نـاتوانن پشـت بـە بایەخی مێژووی دروستی گرفتـەکان و چۆنێتـی ڕوودانیـان ببەسـتن گۆڤـاری (Surgeoin General) دەڵێـت نەخۆشـیە دەروونیـەکان دەتوانرێـت چارەسەربکرێت و دەتوانرێـت بـە ئامـادەکردنی چارەسـەری کاریگـەر نیشـانەکان چـاك بـبن زۆربەی چارەسـەرەکان لـەژێر کاریگـەری گشتی دەروونـی و دەرمانگـەریدا (Pharanalogical) دەبێـت، سـەرەڕای ئەوەی یەکخستنی هەردووکیان بە (چارەسەری هەمەجۆر) ناسراوە و هـەندێك جـار دەتوانرێـت کاریگـەرترین لـە هەریـەکێکیان بـە تەنها. بڕوانە ڕاپۆرتی (Mental Health: A Report of Surgeon General) لـە ڕێگـەی خوێندنـەوەی پێناسـەی نەخۆشیەکانی کەسێتی.

دەردەکـەوێت کـە ئـەم نەخۆشـیانە چارەسـەرناکرێن، بـەڵام هیوای چارەسەرکردن دەبێت کاتێك تاکەکان کۆنترۆڵکردنی ژیانیان هـەڵ دەبژێـرن و پابەندی گۆڕانـی ژیانیـان دەبـن. و ئەتوانرێـت چارەسـەر ودەرمـان هۆکـاری یـاریدەدەرین بـەڵام بڕیاری کەسـەکەیە لە دروسـت کردنی گۆڕانی خودی ژیـانی خـۆی بەرپرسـیارە. سـەرەتا بۆچارەسـەرکردن، پێویسـتە تاکـەکان ئـارەزووی گۆڕانیـان هـەبێت بـۆ چارەسـەری سەرکەوتوو بەردەوامی جۆرەکان نەخۆشی کەسێتی، تاکەکان پێویستیان بە تێگەیشـتنی دروسـت و ڕووبەڕووبوونـەوەی ئەزموونی ناوەکی و هـەڵس و کـەوتیان هەیە. لەوانەیـە ئـەم گرفتانە بە تونەوتیژی دووپات بوونەوەی کۆسـتی دەروونـی لە تەمەنی منداڵیدا پەیوەست بن وەك (خراپ بەکارهێنان) و ئەمـەش گۆڕینـی بۆچوونیـان سـەبارەت بـە خۆیـان و پەیوەندییان بە جیهانەوە لە خۆ دەگرێت لە پاشدا بەیاریدەی سسـتمی (چارەسـەرکردن و کۆمەڵـەی یـاریدەدانی خـۆی، هاوڕێیـان و خێزان و دەرمـان) دەتوانـن خۆیـان لـە ژیـانی بەندێتیان ڕزگار بکەن.

سەرچاوەی دیکە:

The Biology of Borderline personality Disorrder
The Chemistry of personality

بەشی دووەم

ئاوی ژێرزەوی لەعیراقدا

وەرگێڕانی: داليا جەزا

سیستەمە جیهانییەکان بۆ هەڵسەنگاندنی ئاوی ژێر زەوی وپاراستنی

ئەو بایەخەی لەلایەن ڕێکخراوە جیهانییەکانەوە دراوە بەئاوی ژێر زەوی ، تەمەنی لە سێ سەدەی پێشوو تێپەڕناکات، تائێستاش ئەو بایەخە بەبەراورد لەگەڵ ئەو بایەخەی لەجیهاندا بەئاوی سەر زەوی دراوە ساکارە.

بەداخەوە بایەخدان بەئاوی ژێر زەوی پرۆتۆکۆڵێکی جیهانی یان میکانزمێکی یاسایی بۆ بەرهەمهێنانی بەخۆوە نەدیوە، هەروەها تائێستا ڕێککەوتنێك نەکراوە دەربارەی دیاریکردنی هێما ودەستەواژەکان کەپێویستە پشتیان پێببەسترێت بۆ کێشانی نەخشەی هەڵسەنگاندنی ئاوی ژێر زەوی لەنێوان پسپۆڕانی هەموو جیهان لەوبوارەدا، بۆیە بواری هاوکاریکردن وگۆڕینەوەی پسپۆڕی لەنێوان تایبەتمەندان وتەکنیکییەکان لەجیهاندا سەبارەت بەئاوی ژێر زەوی تائێستا لاوازییەکی زۆر بەخۆوە دەبینێت، بۆ نموونە بنەما پشت پێبەستراو وهێماوزاراوەکان بۆ کێشانی نەخشەکانی هەڵسەنگاندن لەئەمریکا جیاوازە لەوەی پشتی پێدەبسترێت لەفەرەنسا وسوید وبەریتانیا، بەڵام جیهانی سێ تائێستا دوورە لەوهەوڵدان وسەرپەشە زانستییانەوکرداری یەکگرتنیان لەسەر بنەمایەکی جیهانی.

یەکگرتووی جیهانی هایدرۆجیۆلۆجییەکان وڕێکخراوی یۆنسکۆی سەر بەنەتەوەیەکگرتووەکان هەوڵیانداوە لەو بوارەدا، لەپێناوی دۆزینەوەی ڕێگای وادا کە ئەو سومبول وزاراوەو ڕەنگانە یەکبخەن کەبۆ کێشانی وێنە پشتیان پێدەبسترێت،بەڵام ئەو هەوڵانە تەواونەبوون لەگەڵ ئەوەشدا کەمەندێك بنەمایان دانابوو بۆ یەکخستنی ئەو هێمایانە.

بارەڕوایە نەبوونی پرۆتۆکۆڵی تەواو لەنێوان وڵاتانی جیهاندا دەربارەی یکپێکرتنی ئەو گۆڕانکارییانەی لەوێنە کێشانی نەخشەکانی ئاوی ژێر زەویدا هەیە، تەنیا ناگەڕێتەوە بۆ ناکۆکی لەسەر هێماکان وچۆنێتی یەکپێکرتنیان، بەڵام گۆڕانکاری و یەکخستن پێویستی

بەپارەی زۆریش هەیە لەلایەن ئەو وڵاتانەوە کەمارەیەکی زۆرە بڕیاریانداوە وێنەی ئاوەکانی ژێر زەوی خۆیان بگرن و بەمۆکارە پشت پێبەستراوەکان هەڵیانبسەنگێنن.

دووبارە کێشانەوەی وێنەی ئەو نەخشانەوکردارەکانی هەڵسەنگاندیان بە پێی بنەما جیهانییەکان تەنیا پێویستیان بەپارە نییە بەڵکو پێویستیان بەکاتی زۆریش هەیە بەتایبەت لەوڵاتانی ئەورووپادا، وڵاتانی جیهانی سێش هێشتا لەسەرەتای رێگاکەدان ونەتوانن سود لەهەر گۆڕانکارییەك وەربگرن کە لەرێی رێکخراوە جیهانییەکانەوە دەربارەی یەکگرتن روودەدات .

نەخشەکانی ژێر زەوی زۆرن، لەهەمان کاتیشدا جۆراوجۆرن وبۆ مەبەستی جیاوازیش کێشراون بەگوێرەی پێویستی وئەو مەبەستەی کە دەویسترێت ئەو نەخشەیەی بۆ بەکاربێت وگەشەی پێبدرێت یان دیاریبکرێت، زۆر جار نەخشەکانی ژێر زەوی بەکاردێن لەبەر ئەوەی پشتیان پێدەبەسترێت وەکو بنەمایەك بۆ پلاندانانی دورمەودا یان کورت مەودا بۆ توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون وەکو ئەوەی پشتی پێببەسترێت وەك بنەمایەك بۆ بڕیاردان لەسەر بەکارهێنانی زەوییە کشتوکاڵییەکان بۆ بەرهەمهێنان لەگەڵ جۆروچۆنێتی ئاوی ژێر زەوییەکەی، یان ئەنجامدانی توێژینەوەی تەواو لەبواری پلاندانانی ئیقلیمیدا یان لەوانەیە پشتیان پێببەسترێت بۆ دیاریکردنی پێویستی سیاسەتەکانی ئاوی ژێر زەوی وچۆنێتی ئەنجامدانی لێپێچینەوەی پێویست بۆ رێگرتن لەپیسبوونی، جگە لەوانەش، ئەو نەخشانە دەبنە بنەما بۆ دانانی دیزاینی ئەو مەڵبەندانەی تایبەتن بە دەستنیشانکردنی پیسبوون وهەڵسەنگاندنی ئاوی ژێر زەویی لەسەربنەماکانی نیشتمانی وئیقلیمی. هەروەها دەتوانرێت پشت بە بەرئەنجامەکانی ببەسترێت لەبوارەکانی توێژینەوە زانستی وفێرکارییەکاندا.

بەمەبەستی روونتر تیشك دانان لەسەر جۆری ئەو نەخشانەوپۆلێنکردنیان ئەم خشتەیە دەخەینە روو:

خشتەی ژمارە(یەك)– نەخشەکانی توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون نیشان دەدات:

جۆری نەخشە	پێوەر	مەبەست و پێکهاتەکانی	تێبینییەکان
گشتی وگشتگیر	1:500.000 یان زیاتر	پلانی گشتی، دروستکردنی بڕیار، داڕشتنی ستراتیژ لەبواری پاراستنی ئاوی ژێر زەوی لەسەر هەردوو ئاستی نیشتمانی وئیقلیمی، ئامانجە فێرکارییەکان، نەخشە گشتییەکان کە توانای جەوهەری بۆ پیسبوونی ئاوی ژێر زەوی نیشان دەدەن و وردەکارییە خۆجێیەکان نیشان نادەن.	بەدەست وێنەی دوو دووری یان ئەتڵەس دروستدەکرێت کەپاشکۆی روونکردنەوەیان لەگەڵدایە، ئەو نەخشانەی بەکۆمپیوتەر دروستدەکرێت هێشتا بڵاونین.
هێڵکاری	1:500 000 1:100.000	تەنانەت پلانی ئیقلیمی، بەڕێوەبردن ورێکخستنی پارێزگاری ئاوی ژێر زەوی، هەڵسەنگاندنی کێشەکانی بڵاوبوونەوەی پیسبوون نەخشەکان زۆرینەی وردەکارییە ناوخۆییەکان ناگرنەخۆو پێویستی بە وێنەی تایبەتی هەیە .	نەخشەکان بەدەست ئامادەکراون یان نەخشەی ئەلەکترۆنی دوو یان سێ دوورین یان ئەتڵەسن.
بۆ خستنە کاروکردارە شارستانییەکان	1:100.000 هەتا 1:25.000	پلاندانان بۆ بەکارهێنانی زەوییەکان ودانانی دیزاین بۆ بەرنامەکانی پاراستنی ئاوی ژێر زەوی، وێنەی شیکاری بۆ نیشاندانی توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون وبڵاوبوونەوەی لە شوێنەکاندا بەگوێرەی کاتی پیسبوونێکی دیاریکراوەوە، روپێوێکی کێڵگەیی پەسەند	وێنەی ئەلەکترۆنی ژمارەیی دوو یان سێ دووری یان وێنەی بەدەست ئامادەکراو، هێڵکاری بۆ ئاشکردنی بەکارهێنان
جۆرێك بۆ مەبەستی تایبەتی	1:25.000یان کەمتر	وێنەی تاك مەبەست وخۆجێیی بۆ پلاندانانی لایەنێکی دیاریکراو یان شارستانی هەروەها بۆ پاراستنی بیرەکان، ئەو کێشانە روونەکاتەوە کەپەیوەندداران بەتوانای پیسبوونێك کەخەسڵەتی خۆجێیی وشوێنی دیاریکراوی هەبێت، پێویستی بە گورزەیەك لە پێدراو هەیە کەمواقع بنوێنن، زۆرینەی کات پێویستی بەپشکنینی گشتی هەیە	وێنەی ژمارەیی دوو یان سێ دووری یان هێڵکاری(هێڵکاری رووەکان)ونەخشەی تۆڕی

سەرچاوە : یەکگرتووی هایدرۆجیۆلۆجییە جیهانییەکان– سەرچاوەی پێشوو لا55.

لەو خشتەیەی سەرەوە دەردەکەوێت کەنەخشە جۆری هەیە لەوانە (گشتی، پلانی، بۆخستنەکاروکردارە شارستانییەکان، تایبەت)وبۆ هەریەکیان پێوەری رێنەکێشانی تایبەت هەیە، تێبینی دەکەین هەرچەند پێوەری نەخشە گەورەبێت، نەخشەکان پێدراوی بەرزوسنوورداری دەبێت، هەرچەندیش پێوەری رێنەکە بچوکبێت هێندەش نەخشەکان تەنیا بۆ یەك یان دوو مەبەست بەکاردێن وبەڵگەوزانیارییەکان کەم دەبن، بەڵام ئەمە لەبایەخی هیچ کامیان کەمناکاتەوە، چونکە هەر نەخشەیەك مەبەستێکی تایبەتی هەیە کەرێنەکەی بۆ کێشراوە.

بۆ نموونە دەتوانین بەڵگەوپێدراوەکانی نەخشە ئیقلیمییەکان بۆ کێشانی ستراتیجێکی هەڵسەنگاندنی ئاوی ژێر زەوی نیشتمانی دابنێین، چونکە هەریەکیان پێدراووبەڵگەی تایبەت وجیاوازیان تێدایەوپێویست نییە هاوشێوەی ئەوانەبن کە لەنەخشە نیشتمانییەکاندایە.

بەهەرحاڵ نەخشەکانی ئاوی ژێر زەوی کەموکوڕییان لە زۆر لایەنەوە تێدایەوناتوانن هەموو لایەنە زانستییەکان دیاریبکەن، بۆ نموونە هەندێك لەو لایەنانە دیاریدەکەین کەکەموکوڕیان تێدایە لەو نەخشانەدا، ئەوانەش: کەموکوڕی لەو زانیارییانەدا کەواقیع نیشان دەدەن لەئەنجامی پێوەری پشتپێبەستراودا، ناڕوونی سیستەمەکە، نەبوونی پرۆگرامێکی پەسەندکراو لەهەموو جیهاندا، گرانی بڕیار لەسەردان ولێکدانەوەی راستی دقە پێدراوەکان.

بۆ کێشانی هەرنەخشەیەکی ئاوی ژێر زەوی، پێویستە کۆمەڵێك زانیاری هەبێت دەربارەی پێکهاتەی جیۆلۆجی هەوزی ژێر زەوی وەکو/ جۆری ئاو، قەوارەی سالانە وەرگرتنی ئاو، ئەستوری هەردوو چوارچێوەی تێرونا تێر، زەوییە بەرووەك داپۆشراوەکان، سەرچاوەی پیسبوون وقەوارەکەی ..هتد.

ئەو زانیارییانە بەبنەمای دیاریکردنی نەخشەکەی ئاوی ژێر زەوی دادەنرێت، بۆیە پێویستە بەشێوەیەکی وورد دەستەبەربین، بنکەی زانیارییەکان وردی نەخشەکان دیاریدەکات بەتایبەت لەو نەخشانەدا کە توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون دیاریدەکەن کەهەستیارییەکی زۆریان هەیە ئەو هەڵەیەش کە تێیدا دەکرێت، زۆر لەسەر ئاوی ژێر زەوی دەکەوێت و بۆ سالانێکی زۆر دەمێنێتەوە، بەتایبەت ئەگەر ئەو نەخشانە بکرێنە بنەما بۆ بڕیاری پەیوەندار لەلایەنە بەرزەکانەوە، لێرەشەوە گرنگترین ئەو رێگایانە دەخەینە ڕوو کەوەکو بنەما بۆ وەرگرتنی زانیارییەکانی کێشانی وێنەی ئەو نەخشانە بەکاردێن:S8.

یەکەم : هەستکردن لەدوورەوە/ لەچەند رێگایەکەوە ئەنجامدەدرێت لەوانە : رێگاکانی شیکردنەوەی وێنە ئاسمانییە ڕەش وسپی وڕەنگاوڕەنگەکان.

*رێگاکانی شیکردنەوەی وێنە ئاسمانییە ڕەنگاوڕەنگ ودروستکراوەکان.

تەکنیکەکانی چارەسەرکردن وشیکردنەوەی رێنەکانی مانگە دەستکردەکان، ئەو وێنانەی بە ئامێرە فرە شەبەنگەکان یان لەڕێی ئەو رادارەوە گیراون کە دەرچەی (SAR)ی هەیە.

بەگوێرەی رێگای یەکەمەوە/ لەرێگای رووپێوی ئاسمانی کەم بەرزییەوە دەبێت کە بۆ مەبەستی رووپێوی چالاکییە مرۆییەکان وکاریگەرییەکانی و وەبەرهێنانی زەوییە کشتوکاڵییەکان وئەو گۆڕانکارییانەی بەهۆی زێراب وتۆڕەکانی ئاوەڕۆورووبارەکان وخشتە ئاوییەکانەوە دروستدەبن لەگەڵ سەرچاوەکانی پیسبوون و ئەو شوێنانەی کە دانیشتووانی تێدا جێگیربووە لەگەڵ پەیکەرەکانیان، لەکۆتاییشدا گۆڕانکارییەکانی ژینگەوخراپ بەکارهێنانیان.

رێگای دووەم/ لەرێی رووپێوی ئاسمانی ناوەندی و بەرزەوە دەبێت کەبەمەبەستی کۆکردنەوەی زانیاری لەسەر بنەڕەتی سنووری جیۆلۆجی و دیمەنەکانی تێکشکاندن و الکارسن ولە کۆتاییشدا شێوەوجۆری داپۆشەرە ڕووەکییەکانە.

بەڵام رێگا تەکنیکییەکان: بەهۆی لەپۆکە ومانگەدەستکردەکانەوە دەستەبەردەبن، ئەوەش بەمەبەستی دەستکەوتنی زانیاری ستاتیکی وەستاو (وێنەی تەنیا) لەگەڵ زانیاری داینامیکی جوڵاوی گۆڕدراو (چەند وێنەیەك) دوو جۆریش تەکنیکی هەستپێکردن لەدوورەوە هەیە ئەوانیش S9

تەکنیکە چالاککەرەکان/ بریتییە لەبڵاوکردنەوەی تیشک لەجۆری تیشکە دروستکراوەکان بەرەو ئامانج ، شیکردنەوەی وەڵامدانەوەی ئامانج، لەوانەیە تیشکەکان لەشێوەی شەپۆلی کارۆمووگناتیسی لەرە بەرزدابن(رادار) یان شەپۆلی دەنگی (ئامێری سەروو دەنگی) دەتوانرێت ئامێرەکە لەسەر زەوی بچەسپێنرێت (رادار، سەروو دەنگی) یان لەسەر فرۆکە یان رادار.

هەتا ئێستا بەکارهێنانی ئامێری تیشکی (لێزەر) دەستپێنەکردووە لەگۆڕەپانی هایدرۆلۆجیادا لە چوارچێوەیەکی فراواندا، شێوازی چالاککەریش بەکاردێت بۆ هەستکردن لەدوورەوە لەسەر بنەما ئیقلیمییەکان، بەڵام لەوانەیە بەکاریشبێن بۆ پێوانەکردنی ئاڕاستەکراو بۆ خاڵێکی دیاریکراو (سەروو دەنگی).

2- تەکنیکەکانی چاودێریکردن(بریتییە لەشیکردنەوەی تیشکی سروشتی بۆ شتێکی تر، لەشێوازەکانی چاودێریکردنیشدا تیشکی کارۆموگناتیسی بەکاردێت لەتیشکی ژێر سوورەوە تا تیشکی وەنەوشەیی، بەدەگمەنیش تیشکی سەروو وەنەوشەیی دەبێت ئێستا زۆر لەجێبەجێکردنەکانیش بەهۆی ئامێرە فرە شەبەنگەکانەوە روودەدات.

لەوانەیە فرۆکە هەڵبگیرێت بەڵام لەزۆرینەی کاتدا لەگەڵ مانگی دەستکردا دەنێردرێت، لەگەڵ هەستکردنی سلبی تایبەت بە ناوچەیەکی دیاریکراو.

دووەم : سیستەمی مانگە دەستکردە نوێیەکان

بەهۆیەوە کۆمەڵێك زانیاری کۆدەکرێتەوە ئەوانیش: دابەشبوونی زێرابی ستوونی بەرێژەی بەرز(بوونی هەواکێش بەبەرزەوە، بەشێکی سەرئاپی هەبێت یان هەر سەرئاپی نەبێت، شوێنەکانی شێوە ئاوییە هەمیشەییەکان کە ئەمانەن(قوڵیی ئاوەکەمەکانی ژێر زەوی، دزەکردنێکی زۆری ئاو لەرووبەرە ئاوییەکانی سەر زەوییەوە بۆ چینە ئاوییە نزمەکان)، بەکارهێنانی ئەو زەوییانەی کەتێیدا ڕێ هەیە بۆ هەڵسەنگاندنی ئەو سەرچاوانەی دەشێت ببنە هۆی پیسبوون یان سەرچاوەی پیسبوونی هەنووکەیین وەکو(سەماد، پێکهاتە کشتوکاڵییە کیمیاوییەکان.. هتد)بارودۆخی ئێستای ئەو زەوییانەی بەرووەك داپۆشراون، کەبەشێوەیەکی گشتی ڕەنگدانەوەی ئەو گۆڕانکارییانەن کە بەسەر ئەو تاوێرە جیاوازانەدا لێن کەپێکهاتەی ئاوەکە دادەپۆشێت لەخاکەکەدا، ئەو گۆڕانکارییانەی کە لەبارستایی خاکدا روودەدات کە بە روونی وتەواوی گیراوە چینییەکان نیشان دەدات کە ئەمانەن (گیراوە هێشوویییەکان، گیراوە کۆمەڵ کۆمەڵەکان 0لە رێگای شیکردنەوە مۆرفۆلۆجییەکانەوە، شێوەکانی زەوی(چەوداروامی)) پاکژکەرەوە هایدرۆلۆجییەکان ودیاریکردنی خەسڵەتە تایبەتەکانی کە دەتوانرێت دەستەبەربکرێت بەشیکردنەوەی مانگەدەستکردەکان وئەو چارەسەرانەی کەپەیوەنددارن پێوەی،(سڕینەوەی، ڕێژە، درزەکان).

سێیەم : کردارە ماتماتیکییەکان بۆ ئامادەکردنە جیاجیاکان) یان تەنیاکان بۆ خوێنەرانی وێنە ئاسمانییەکان.

مەبەستەکەی دۆزینەوەی ئەو ناوچانەیە کەدزەکردنی ئاو بەخێرایی تێیاندا دەڕوات، دیاردە کارستییەکان لەژێر چینی سەرەوە واتا رووی زەویدا، پەیوەندی گۆڕینەوە لەنێوان ئاوی سەرزەوی وئاوەکانی ژێر زەویدا، گۆڕینەوەی ئاوی ژێر زەوی لەنێوان چینە ئاوییەکانی تەنیشتیەکدا.

چوارەم : بەکارهێنانی سیستەمی زانیارییە جوگرافییەکان (GIS)

سیستەمەکە دەوەستێتە سەر بەکارهێنانی کۆمپیوتەر وەکو هۆکارێك بۆ تەواوکردن وشیکردنەوەی ئەو پێدراوانەی کە لەچەندین سەرچاوەوە دەستەبەردەکرێن وەکو (هەستکردن لەدوورەوە، رووپێوی خاك، رووپێوی زەوییەکان، لەوێستگەکانی کۆکردنەوەی نموونە ئاوییەکان ولەنەخشە تۆپۆگرافییەکانەوە لەگەڵ پێدراوە ئامارییەکان). پێدراوەکان ئەو بنەمایەن کەنەخشەکانی توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوونی لەسەر دروستدەکرێت ودەتوانرێت راستەوخۆ بخرێنە سیستەمی زانیارییە جوگرافییەکانەوەGIS :

لەسەر ئەم شێوانەی خوارەوە: بەهای گۆڕاوە خاڵڕێژەکان (بەرزییەکان، پێوانەی بیرەکان وتۆمارەکانیان، ئاوەڕۆکانی ژێر زەوی، قوڵایی بۆ ئاوی ژێر زەوی، گوازرانەوەی هایدرۆلیکی، خەسڵەتەکانی خاك و.. هتد).

دەرکەوتە خاڵڕێژییەکان (بیرەکان، سەرچاوەکان، وێستگەکانی پاراستن و چاودێریکردن ، خاڵەکانی هەڵقوڵان،

شوێنەکانی پاراستنی ماددە کیمیاوییەکان وپاشەڕۆکان، شوێنەکانی دزەکردنی ڕژاوەکان).

هێڵەکانی ڕووپێوکردنی بەیەکگەیەندراوی بەردەوام(بەشە جیۆفیزیاوییەکان، بەشە هایدرۆجیۆلۆجییەکان).

نەخشە جیاجیاکان(نەخشەکانی پێکهاتە هایدرۆجیۆلۆجییەکان، نەخشەکانی ڕووەک وخاک، سنووری ناوچەکانی پاراستن..و ئەوانی تر).

هێڵی پەیوەندییەکانی گۆڕینەوە یان دەرکەوتە هێڵکارییەکان(سنوورەکان، دەرکەوتە بنیادنراوەکان، هێڵەکانی دابەشبوونی ئاوی ژێر زەوی، هێڵی بۆرییەکان، ڕێگاکان، هێڵەکانی ئاوەڕۆ..وئەوانی تر.

پێدراوی هەستپێکراوەکان لەدوورەوە (وێنە ڕەش وسپی وڕەنگاوڕەنگەکان).

ئەمەش نوێترین ڕێگا جیهانییەکانە بۆ کێشانی نەخشەکانی توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون، تەکنیکەکانی پشت بەئامێری نوێ دەبەستن، لەوانەش مانگە دەستکردەکان کەوڵاتانی جیهانی سێ کەمیان هەیە، بۆیە تەکنیکەکانی کێشانی نەخشەئاوییەکان ئەگەر لەوڵاتانی جیهانی سێدا ئەنجامبدرێت دەبێت لەلایەن پسپۆڕی بیانییەوەبێت، ئەوەش هۆکارێکە بۆ تێچوونی پارەی زۆر، هۆی ئەو بارەش کەمی ژمارەی کادری زانستییە لەو بوارەدا.

بەڵام ئەو ڕێگرییە هونەرییانە ئەو ڕاستییە ناشارنەوە کە هەندێك لە وڵاتانی جیهانی سێ تەکنیکی پێشکەوتویان دەستەبەرکردووە یان پشتیان بە ڕێگای وابەستووە کە بۆ کێشانی نەخشەکانی ئاوی ژێر زەوی زۆر نوێنین، بەڵام بەگوێرەی نەخشەکانی پیسبوونەوە هێشتا کات زووە بۆ باسکردنی نەخشەی لەو جۆرانە لەلایان.

ئەمەش ئەوەیە کەبانکی نێودەوڵەتی جەختی لەسەر دەکاتەوە، کاتێك لەچوارچێوەی مەرجەکانیدا بۆ تەمویلکردنی پرۆژەکان ئەوەی داناوە کەپێویستە پرۆژە تەمویلکراوەکان لەجیهانی سێدا مەرجی ژینگەییان تێدابێت، بەتایبەت ئەوانەیان کە پەیوەنددارن بەسەرچاوەی ئاوەوە. ئەو ڕێگرییە ژینگەی وتەکنیکیەش تەنیا وڵاتانی جیهانی سێ ناگرێتەوە، بەڵکو بەشێك لەوڵاتانی پێشکەوتووش دەگرێتەوە، لەگرنگترین ڕێگرییەکانی کێشانی نەخشەکانی ئاوی ژێر زەویش بۆ پیسبوون، ئەمانەن: S10

1-پەرەپێدانی پێناسەیەك کەدانپیانان و پەسەندکردنی هەموو وڵاتانی جیهان بۆ توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون بەدەستبهێنێت.

2- گەیشتن بەپرۆتۆکۆڵێك دەربارەی ڕێگای گشتی پەسەندکراو بۆ ئامادەکردنی نەخشەی توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون وبەردەوامی، بەبەکارهێنانی هەمان ئەو شێوازوزاراوانە بۆ ئەوەی توانای پیسبوون نیشان بدات لە ڕێی وێنەوە.

3- هەڵبژاردن ودیاریکردنی ڕاستی نەخشەکانی توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون.

صاحب الربیعی / ستۆکهۆڵم -2003/8/20

(S1)بۆ زانیاری زیاتر بگەڕێرەوە بۆ کتێبەکانی توێژەر(صاحب الربیعی)(ئاوی ژێر زەوی لەنیشتمانی عەرەبیدا)(دار الكلمە ، دمشق) 2002

کتێبی(گۆڕانکارییەکانی کەش وکاریگەرییان لەسەر ئاوی سازگار) دار الكلمە دمشق 2002.

S2 یەکگرتووی هایدرۆجیۆلۆجییە جیهانییەکان(ڕێبەرێکی ڕێنمایدەرە دەربارەی ئامادەکردنی نەخشەی توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون) وەرگێڕانی (مەئمون ملكانی)، ڕێکخراوی عەرەبی بۆ پەروەردەوڕۆشنبیری وزانیاری(کارگێڕی زانست وتوێژینەوەی زانستی) تونس 1998 ل 31.

S3 سەرچاوەی پێشوو ل19-20

S4 هەمان سەرچاوە 43

S5 هەمان سەرچاوە ل21

S6 ڕێکخراوی نەتەوە یەکگرتووەکان بۆ پەروەردەوزانست وڕۆشنبیری وڕێکخراوی جیهانی بۆ دیاریکردنی ژێر زەوی(هەڵسەنگاندنی سامانە ئاوییەکان)- (ڕێبەر بۆ هەڵسەنگاندنی توانا نیشتمانییەکان) وەرگێڕانی (ئەمین سلگی)، تونس 1998 ل88-89

S7 سەرچاوەی پێشوو ل87-88

S8 یەکگرتووی هایدرۆجیۆلۆجییە جیهانییەکان-سەرچاوەی پێشوو 90-92-102.

S9 ڕێکخراوی نەتەوەیەکگرتووەکان بۆ پەروەردەوزانیاری وڕۆشنبیری ودیاریکردنی ژێر زەوی - سەرچاوەی پێشوو ل87.

S10 یەکگرتووی هایدرۆجیۆلۆجییە جیهانییەکان- سەرچاوەی پێشوول116

خوێندکار و مامۆستایان لە کوردستاندا کێشەو ڕێگەچارەکان

نوسینی: ئەکرەم قەرەداغی

خوێنکار

خوێندکاران ئامانجی سەرەکی هەموو پرۆسەیەکی پەروەردەن و بەردی بناغەی پاشە ڕۆژی نەتەوەن و هەموو کارێك کە وەزارەتی پەروەردە دەیکات هەر لە کردنەوەی خوێندگایەکەوە تادەگاتە ئامادەکردنی بەڕێوەبەرو مامۆستاو کتێب و هەموو پێداویستیەکانی خوێندن تەنهاو تەنها لەپێناوی خوێندکاردایە، ئەو پرۆسەی خوێندنەی بایەخی تەواو بە خوێندکارو بەرزکردنەوەی ئاستیان و جێ بەجێ کردنی داخوازی و پێداویستیەکانیان ئەدات و زەمینەی تەواوی خوێندن لەبەردەمیاندا ئامادە ئەکات و گوێ بۆ ڕازو نیازیان ئەگرێت و هەوڵی جێ بەجێ کردنیان ئەدات و بارودۆخێکی لەباری دیموکراسی لەخوێندنگاکاندا ئەخولقێنێت و بوارەکان لەبەردەم پێشکەوتن و سەرفرازییاندا ئەدات– ئەوە پرۆسەیەکی بنیات نەرە، بەپێچەوانەوە هەر پرۆسەیەك لەسەر بنەمای سەرکوتکردنی ئەودا خوازیانە بەڕێوە بچێت پرۆسەیەکی پاشکەوتووی کپکەری لەناوبەرە.

باری ئێستای خوێندکار:

باری پەروەردەیمان ئێستا پاشماوەی ساڵانێکی زۆرە هەر لەوڕۆژەوەی حکومەتی عێراق لەبیستەکانی سەدەی ڕابردودا دروست بووە تائێستا هەندێك لەو سیستمانەی هەرتێیدا ماوەو تائێستا پەیڕەو دەکرێن.. واتە بنەمای پەروەدەیمان هەر ئەو بنەما کۆنەیە کە زیاتر لە 80ساڵە پەیڕەو دەکرێت، هێشتا سیستەمێکی دیموکراسی سەرتاسەری لە خوێندنگەکانمان و لەپەروەردەدا پەیڕەو ناکرێت، خوێندکاران زۆربەی جار بەپێچەوانەی ئارەزوو ئاواتەکانی خۆیانەوە ئەخوێنن و زۆرجار بەپرۆگرام و کتێب و ئەو بابەتانەی لەخوێندنگاکاندا وەری ئەگرن پەست ئەبن و بەچاوی قێزەوەنەوە سەیری ئەکەن،وە ڕێبازەکانی

گوتنەوەش لەزۆربەی کاتدا وەك ئاماژەمان پێکرد. هەر ڕێبازە کۆنەکانەو ئەقڵیەتی داەو دەستگاکانی هەندێك لەکاربەدەستانی پەروەردەو بەڕێوەبەرو کارگێرانی خوێندنگان هەر ئەو ئەقڵیەتە کۆنەیە کەبەچاوێکی نزمو کزیلەیەتی تەماشای خوێندکار دەکات،و بواری هەناسەدانو بیرکردنەوەو داهێنانیان لەبەر بڕیون..هەر ڕووبەڕو بونەوەیەكو ڕەخنە گرتنێك لەکارگێڕیو مامۆستاو پرۆگرامی خوێندنەوە، بەچاوی کفرو لادەر سەیر دەکرێت.. خوێندکار خراوەتە ناو سندوقێکی داخراوە . کلیلەکەشی لەگیرفانی بەڕێوەبەرو مامۆستاکاندایە، ئەم کارە بۆتە هۆی دواخستنی ڕەوتی فێربوونو پەروەردەو ئارەزوەکانی خوێندکاری سەرکوت کردوە، زۆر جار خوێندنگە بەگرتوخانەیەك دەزانن‌و حەزبە فڕینو ڕاکردنو خۆدەرباز کردن دەکەن هەر ئەوەشە کەساڵانە ڕێژەیەکی زۆر خوێندکار خۆیان لە خوێندنگە دەدزنەوە بەجێی دەهێڵن.

بڕوانە ئەم خشتەیەی خوارەوە:

ژمارەی وازهێنەرەکانی ساڵی 2001-2002

پۆل	وازهێنانی کوڕ	وازهێنانی کچ
یەك	943	353
دوو	679	258
سێ	1070	493
چوار	309	123
پێنجەمی زانستی	62	58
پێنجەمی وێژەیی	58	12
شەشەمی زانستی	203	122
شەشەمی وێژەیی	65	55
کۆی گشتی	389	1474
هەموی	3863	

ئەو ژمارەیە ژمارەیەکی کەم نیەو پێویستە بە چاوێکی پڕ بایەخەوە سەیر بکرێتو بەردەوام توێژینەوەو لێکۆڵینەوەی وردی دەربارە بکرێت.

باری ئابووری:

بەهۆی ئەو قۆناغەی کە نەتەوەکەمانی پیادا تێپەڕ دەبێت باری ئابوری زۆربەی خوێندکاران نزمەو توانای بەڕێوەبردنی ژیانی خوێندنو کۆشش کردنیان نیە ئەگەر چی هەندێکیان لەگەڵ خوێندندا کاردەکەنو مەبەستیانە بەکارەکانیان بتوانن ژیانی خوێندنیان بەرن بەڕێوەو هەندێکیشیان بەو کارانە یارمەتی کەسوکاریان دەدەن

لەو ئامارەی ئەنجامدرا، لەوەڵامی نزیکەی 700 خوێندکاردا ئەم خاڵە بەم جۆرە بوو: ئایا لەگەڵ خوێندندا کار دەکەیت ؟

قۆناغ	بەڵێ	نەخێر
ناوەندی	198	257
ئامادەیی	272	222
پیشەیی	41	67
پەیمانگاکان	15	54
کۆی کارکەران	526	

واتە ژمارەیەکی زۆری خوێندکاران لەساڵی 2001-2002 دا کار دەکەن بۆئەوەی بتوانن بخوێننو یارمەتی کەسوکارییشیان بدەن، بێ گومان ئەمە بارێکی نائاساییەو کاریگەری تەواو دەکاتە سەر ڕەوتی خوێندنو پێشکەوتنیان.

کتێبی خوێندن:

یەکێك لەو کێشە سەرەکیانەی ڕوبەڕوی خوێندکار بۆتەوە نەبوونی کتێبی تەواوە بۆهەموو خوێندکارێك ئەمەش کاریگەرییەکی سلبیو خراپی کردۆتە سەر ڕەوتی خوێندنیان بەشێوەیەك کە نازانن چۆن کۆشش بکەنو چۆن بخوێننەوە.. لەهەمان ئاماردا کە 700 خوێندکار وەڵامی دایەوە وەڵامی خوێندکاران بۆ: ئایا کتێبو پێداویستی تان هەیە؟

بەم شێوەیە بوو:

قۆناغ	ناتەواو	تەواو	ئێجگار زۆر
ناوەندی	435	122	24
ئامادەیی	419	173	20
پیشەیی	83	67	12
پەیمانگاکان	52	27	10
کۆی گشتی	989		

ئەمەش ژمارەیەکی ترسناکەو کاریگەرییەکی ناپەروەردەیی لەسەر ڕەوتی خوێندن هەیە.

پرۆگرامەکانی خوێندن:

لەمەو پێش بەدرێژی ئاماژەمان بۆئەم خاڵە کرد کە پرۆگرامەکانی خوێندن زۆر کۆنن و ئارەزووی بەرەو پێش چوونی خوێندکار کەم دەکەنەوەو هیچ زەوق و خۆشیەکی پێ نابەخشن و پێویستە سەرجەم دەستکاری بکرێن و نوێ بکرێنەوە.

بینای خوێندنگاکان:

زۆربەی خوێندنگاکان (وەك لەوەپێش) ئاماژەمان پێ داوە کۆنن یا شێوازیان کۆنە ئارەزووەکانی خوێندن جێبەجێ ناکەن ژوورەکان بچووکن تاریکن، نسرمن، هەتاوی تەواویان تێ ناکەوێت، شوێنی باخچەو یاریگاو کات بەسەربردنیان تێدانیەو کاریگەرییەکی خراپیان کردۆتە سەر رەوتی خوێندن.

تاقیگەو هۆکانی رونکردنەوە:

لەزۆربەی هەرە زۆری خوێندنگاکاندا تاقیگەنیە یا کەرەسەی تەواویان تێدانیە.. وانەکان تەنها بەشێوەی تیۆری دەوترێنەوە، لەبەرئەوە هۆکاری حەزو ئارەزووی خوێندکار دەمرێنن و هیچ توانایەکی داهێنان و بەرەو پێشچوونیان تێدا نابینرێت.

یا لەهەندێك خوێندنگادا تاقیگە هەیە بەڵام مامۆستاکان بەکاریان ناهێنن، یا ژوورەکانی زۆر بچوکن بنکارەباو ئاوون.

ئاستی زانستی مامۆستایان:

ئێمە لێرەدا دەبێت بەڕاشکاوی ئەو خاڵە باس بکەین کە ئاستی هەندێك لەمامۆستایان بەرز نیە یان رێگای وانەوتنەوە نازانن، ئەمەش کاریگەرییەکی زۆری کردۆتە سەر رەوتی خوێندن و هەندێك لەبەڕێوەبەرەکان لەوبڕوایەدان کەتەنها پۆلەکە پڕبێتەوەو (شاغر) نەبێت بەسە، ئەم بیروڕا هەڵەیە کاریگەرییەکی زۆر خراپی بەسەر پەروەردەوە هەیە، لەم ساڵانەی دواییداو لە (بەرنەبوونی مامۆستای تەواو هەندێك لەدەرچوانی کۆلێژەکانی دیکە بەمامۆستا وەرگیراون ئەوانە پێویستیان بە خولی تایبەتی درێژخایەن هەیە بۆئەوەی فێری رێگاو رێبازەکانی وانەوتنەوە بکرێن و شارەزای پرۆگرامەکانی ئەو وانانە بکرێن کەدەیڵێنەوە لەگەڵ ئەمانەشدا دەبێت لێرەدا پەنجە بۆ ئەوەش رابکێشین کەئاستی هەندێك لەوخوێندکارانەی لەزانکۆکانیشماندا دەردەچن لەپاشدا دەبن بەمامۆستا لەبنەڕەتەوە نزمەو پێویستە زوو زوو زانکۆ چاو بەپرۆگرام و ئاستی مامۆستاکانی خۆیدا بخشێنێتەوە، چونکە بەپێی راپۆرتی سەرپەرشتیاران، هەست بە نزم بوونەوەی ئاستی بەشی زۆری مامۆستایانی نوێ دەکرێت کەلە زانکۆکانمانەوە دەردەچن.

خواستی خوێندکاران:

بەپێی ئەو ئامارەی پارە لەقۆناغە جیاوازەکانی خوێندندا کرا، ئەم راستیانە دەرکەوتن:

1– 3/1 ی خوێندکاران ناتوانن خواستەکانی خۆیان بۆ کەس وکار دەرخەن.

2– 3/1 ی خوێندکاران بەردەوام بەر رەخنەی کس وکار دەکەون و دەربارەی هەڵسوکەوت و رەفتاریان.

3–ژمارەیەکی زۆری خوێندکاران هەست بەماندانی خوێندن لە خێزان و کۆمەڵ و کەسوکارەوە ناکەن.

4–نزیکەی نیوەی خوێندکاران گلەیی ئەوەدەکەن کە بەتەواوی لە (مامۆستاکانیان ناگەن).

5–هیچ بەرنامەیەکی تایبەتی نیە بۆ خوێندکاران لەهاویندا، وێڵ و پەرەوازە دەبن.

6–زۆربەیان رقیان لەسیستمی ئێستای تاقیکردنەوەکان هەیەو داوای گۆڕینی دەکەن.

7–زۆربەی هەرەزۆری خوێندکارانی ئامادەیی ئارەزووی تەواوکردنی زانکۆ دەکەن، بەڵام هەندێکیان وەرناگیرێن.

8–زۆربەی هەرە زۆریان ئارەزووی خوێندنی توخم زانی دەکەن، بەڵام لەپرۆگرامەکانی خوێندندا نین.

9–زۆربەیان پەرۆشن بۆ ئەوەی ئەم بابەتانەی خوارەوە بخوێنن.

ا–کۆمپیوتەر، ب–دەروونزانی، ج–رامیاری، د–مۆسیقا، ھ–زمانی ئینگلیزی بەباشی.

بەڵام زۆربەیان لەوانەکانی خوێندندا نین.

10–زۆربەیان ئەم خاڵانەی خوارەوە بەکۆسپ دەزانن لەبەردەم خوێندندا.

ا–باری ئابوری ب–باری کۆمەڵایەتی ج–باری رامیاری ج–کەرەسەکانی خوێندن د–هۆکارەکانی فێرکردن ھ–کەسوکار.

11–زۆربەیان حەز لەگەشتوگوزار دەکەن، بەڵام خوێندنگاکان بۆیان رێك ناخەن وەك لەم ئامارەدا دیارە:

ئایا حەز لەگەشتوگوزار و هاتوچۆ دەکەیت؟

	(بەڵێ)	(نەخێر)
ناوەندی	492	27
ئامادەیی	491	27
پیشەیی	105	41
پەیمانگاکان	75	4

12-حەزەکانی چالاکی:

خوێندکارەکان بەپێی ئەو ئارەزوانەی هەیانە بۆ چالاکی جیاوازن ئەمەش ئامارێکە کەلەوبارەیەوە هەندێك لەولایەنە روون دەکاتەوە:

قۆناغ	هونەر	وەرزش	زانستەکان	رۆشنبیری	بابەتی دیکە
ناوەندی	72	90	78	84	111
ئامادەیی	77	84	60	102	55
پیشەیی	28	27	8	9	17
پەیمانگان	22	44	15	16	25

بەپێی ئەم ئامارە پێویستە بایەخی زیاتر بەهونەرو وەرزش و باری رۆشنبیری لەخوێندنگاو پرۆگرامەکانی خوێندندا بدرێت.

گەلێك لەخوێندکاران ئارەزوییەکی زۆریان بۆ خوێندنەوە هەیە، حەزلەکەن لەگەڵ پرۆگرامەکانی خوێندندا، یالە پشوەکاندا کتێبی هەمە جۆر بخوێننەوە.

دەتوانین بەپێی ئەو ئامارە ئەمە وەك خوارەوە روون بکەینەوە:

13-ئارەزوەکانی خوێندنەوە

قۆناغ	چیرۆك	شعر	مێژو	رۆژنامە	
ناوەندی	70	30	29	55	110
ئامادەیی	96	79	41	47	165
پیشەیی	17	8	5	33	18
پەیمانگاکان	12	11	13	9	10

14-سیستمی وەرگرتن لەزانکۆ:

زۆربەی زۆری خوێندکاران لەوبڕوایەدان کەئەم سیستمەی ئێستا لەوەرگرتنی خوێندکاران لەزانکۆدا هەیە ناتوانێت ئارەزوەکانیان بهێنێتەدی، هەست دەکەن پێویستە گۆڕانکاری بەسەردابێت وەك لەئامارەکەدا بەم شێوەیە دەرکەوتوە.

قۆناغ	بەنمرەبێت	نەخێر/ هەڵسەنگاندنی دیکەبێت
ناوەندی	230	257
ئامادەیی	169	456
پیشەیی	24	65
پەیمانگاکان	23	52

15-بەرنامە پەروەردەییەکان :

خوێندکاران هەست دەکەن هیچ رۆڵێکیان نیە لەپرۆگرامەکانی خوێندنداو هیچ راپرسیەکیان لەسەر هیچ شتێك پێناکرێت کەراستەوخۆ پەیوەندی بەخۆیانەوە هەیە نزیکەی نیوەی خوێندکاران لەوئامارەدا ئامادەی خۆیان پیشانداوە کە حەز دەکەن بەشداری لەپرۆگرامەکانداو خواستەکانیان بە هەند وەربگیرێت.

16-هاوڕێیەتی توخمەکەی دیکە :

لەبەر بوونی پێوەندێکی کۆمەڵایەتی بەهێز لەکۆمەڵگاکەماندا هێشتا نەتوانراوە هاوڕێیەتیەکی پاك لەنێوان کوڕان و کچاندا دروست بکرێت و ئەوبارە چ لەخوێندنگاکان و چ لەدەرەوەی خوێندنگاکاندا برەخسێنرێت کەخوێندکاران هاوڕێیەتی یەکتری بکەن بەهەردوو

تۆخمەکـەوە، ئەمـەش کاریگەرییـەکی زۆری کردۆتـە سـەر پەنگخواردنەوەو کپکردن و هەست بەشەرم کردن و دڵەڕاوکێ و دووردڵی لەکاتی بینینی تۆخمەکەی دیکەدا، ئـەم دۆخـەیش گەلێك لایەنی سلبی لێکەوتۆتەوە..

17-کەسوکارو هاوڕێیەتی تۆخمەکەی دی:

بەشێکی زۆری بـاوك و دایـك و خـێزان بەگشـتی ڕێگـرن لەبەردەم خوێندکاردا بۆ ئەوەی هاوڕێیەتی تۆخمەکەی دیکە بکەن و لـەم لایەنـەوە گـەلێك کۆسپیان دەخەنەبـەردەم، لـەم ئامارەدا نزیکەی نیوەی خوێندنکاران لەهەموو قۆناغـەکاندا دانیان بەوەدا ناوە کە کەس وکار ڕێگرن لەبەردەم ڕەخساندنی بارێکی لەبارو گونجاودا کەهەردوو تۆخم پێکەوە هاوڕێیـەتی پاك دروست بکەن.

18-قسەکردن لەگەڵ کەسوکاردا لەبارەی تۆخمەوە:

دیسانەوە لەکۆمەڵێکی داخراوی وەك ئەم کۆمەڵەی ئێمەدا هێشتا پەیوەندییەکانی منداڵ بەباوك و دایکەوە بەربەستێکی گـەورەیان لەبەردەمدایـەو منـداڵان و هـەرزەکاران نـاتوانن بەئاشکرا ئەوەی لەدڵیاندایە بۆ بـاوك و دایکیـان هـەڵبڕێژن و وەڵامـی گونجاو دەربارەی پرسیارەکانیان وەربگـرن، چونکـە باوك و دایك گۆشکراوی کۆمـەڵێك بەندو کۆتـی کۆمەڵایـەتین، ئـەوە بـەکارێکی نەشـیاوی دەزانـن لـەوئامارەدا دەربـارەی پرسیارێك کەئایا دەتوانیت لـەبارەی تۆخمـەوە لەگـەڵ باوك و دایکت بدوێی وەڵامەکان بەم شێوەیە بوو:

	(بەڵێ)	(نەخێر)
ناوەندی	272	304
ئامادەیی	157	267
پیشەیی	18	95
پەیمانگاکان	15	2
کۆی گشتی	462	668

19 -بەهرەکانی خوێندکاران:

زۆریـەی زۆری خوێندکـاران لەوبڕوایـەدان کـەناتوانن بـەهرەکانی خۆیـان گەشـە پـێبدەن، گـەلێك کۆسـپ لەبەردەمیاندا هەیە لەم بارەیەوە هەل تەواو لەبەردەمیاندا والا نیە، بەپێی هـەمان ئامار وەڵامـەکان بەم جۆرەبوو: دەربارەی پرسیارێك کەدەڵێت:

ئایـا هەست دەکـەیت هـەلی گونجـاوت بـۆ سـازکراوە کەسوود لەبەهرەکانت وەربگریت؟

قۆناغ	هەست دەکەم	هەست ناکەم
ناوەندی	263	179
ئامادەیی	116	320
پیشەیی	58	75
پەیمانگاکان	21	47

ئەمە واتـای ئـەوە دەگەیـەنێت کەمێشتاو لەبەر گەلێك هـۆ بەهرەکانی خوێندکار لەزۆربەی کاتەکاندا سەرکوت دەکرێت و ناتوانێت (وەك خـۆی ئارەزوویـان دەکـات) پـەرەیان پێبـدات و بیانگەیەنێتە ئەو لوتکەیەی کەخۆی دەیەوێت. .

20-حەزی خوێندکار بۆ خوێندن:

لەگـەڵ هـەموو لـەوبارە سـەختانەی کەڕووبـەڕوی خوێندکارانمان دەبێتەوە، لەگەڵ ئەوەشدا بەشی هەرەزۆریان حەزدەکەن بخوێنن و لەقۆناغەکانی خوێندندا بەرەوپێشـەوە بڕۆن و بگەنـە زانکـۆو تـەواوی بکـەن ئـەوەتا لـەوەڵامی ئـەو پرسـیارەدا کـەئایا بەحـەزی خـۆت دەخوێنیـت یابـەزۆر وەڵامەکان بەم شێوەیە بوو:

قۆناغ	بەڵێ	نەخێر
ناوەندی	338	49
ئامادەیی	615	13
پیشەیی	125	15
پەیمانگاکان	63	12

گومـان لەوەدانیـە ئەمـەش خـاڵێکی ئیجابیـەو پێویسـتە پەرەی پێبدرێت، باری تەواوی بۆ برەخسێنرێت

20-هێنانەدی ئاواتەکانی خوێندکار:

بەشی هـەرەزۆری خوێندکـاران هەسـت دەکـەن لـە گـەلێك کۆسپ لەبەردەمیاندایە بۆ ئـەوەی ئاواتەکانیان بهێنێتـەدی، لەوەڵامی پرسیارێکدا کەئایا چیت پێویسـتە بـۆ هێنانـەدی ئاواتەکانت لەژیانتدا ؟ زۆریـەیان جەخت لەسەر ئـەم خاڵانـە دەکەنەوە:

ا-چاککردنی باری ئابووری.

ب-هاوکاری و هاندان.

ج-ئازادی و سەربەستی.

د-مامۆستای باش.

21-کۆمپیوتەر:

کۆمپیوتەر ئەمڕۆ بۆتە پێداویستییەکی هەرە گرنگ لەژیانداو هیچ کەسێك ناتوانێت دەستبەرداری بێت، بەپێی ئەو ئامارەش بەشی هەرەزۆری خوێندکاران داوا دەکەن کەدەرفەتیان بۆبڕەخسێت تابتوانن کۆمپیوتەر بەکاربهێنن و فێری بن و باشترین جێگاش بۆ ئەم ئارەزووە خوێندنگایە

پلانی ستراتیژی:

وەزارەتی پەروەردە بەمەبەستی بایەخدان بە خوێندکارو بەهەند وەرگرتنی خواست و ئارەزووەکانیان و پەرەدان بەبەهرەو توانا و کارەمەییان و جێبەجێکردنی داواکانیان هەوڵ دەدات:

1-تابتوانێت بینای نوێی خوێندنگاکان بەشێوازێکی گونجاو دروست دەکات کە زۆربەی هەرە پێداویستیەکانی خوێندن و بەسەربردنی کات و بایەخدان بەلایەنە ناپۆلیەکان لەوەرزش و هونەرو باری کۆمەلایەتی و باخچەو کۆمپیوتەر تێدابێت

2-بایەخدان بەئاستی مامۆستاو بەڕێوەبەرەکان و هەوڵدانی بەردەوام بۆ پێشخستنیان و پیشاندانی ڕێگاکانی نوێی وانە وتنەوە، بەهۆی کردنەوەی خولی بەردەوامو زیادکردنی سەردانی سەرپەرشتیارەکانەوە بۆ خوێندنگاکان و زۆرکردنی کۆڕو سمیناری پەروەردەیی و زانستیەوە.

3-بایەخدانی زۆر بەتاقیگەو بەکارهێنانی و زۆرکردنی کەرەسەو پێداویستیەکانی لەخوێندنگاکانداو سەرپەرشتیاران جەخت لەسەر ئەو بەکارهێنانانە بکەنەوە، بەشێوەیەك کەهەمیشە وانەی تیۆری تێکەڵ بەوانەی پراکتیکی بکرێت و پراکتیك پێوانەیەکی بەهێزبێت لە هەڵسەنگاندنی خوێندکاران.

4-بایەخدانی زۆر بەکۆمپیوتەرو هەوڵدان بۆ دابینکردنی کۆمپیوتەر لەخوێندنگاکانداو کردنی وانەی کۆمپیوتەر بەوانەیەکی سەرەکی لەهەردوو قۆناغی ناوەندیو ئامادەییدا.

5-هەوڵدان بۆ چاککردنی باری ئابووریو دەروونی مامۆستاو لابردنی کێشە ئابووریو کۆمەلایەتیەکانیان بەشێوەیەك کەبەتەواوی تەرخان بن بۆ خوێندنگاکانیان و بەهیچ کارێکی دیکەوە خەریك نەبن.

6-هەوڵدان بۆ کەمکردنەوەی ژمارەی خوێندکاران لەپۆلەکاندا کەلە 30 خوێندکار زیاتر نەبن وەك قۆناغی یەکەم و لەپاشدا هەوڵدان بۆ کەمکردنەوەی ئەم ژمارەیە بۆ 25

.

7-گۆڕینی ڕێبازی وانە وتنەوەو سوود وەرگرتن لە سمینارو کۆڕو خولی تایبەت بۆ ئەم مەبەستەو جەختکردنە سەر دیدەنی سەرپەرشتیاران لەم لایەنەوە.

8-رەچاوکردنی جیاوازی تاك (الفروق الفردیە) لەپۆلەکاندا لەهەموو بوارەکانی ئابووریو توانای عەقلیو جەستەیی و تەمەن و کۆمەلایەتیەوە.

9-دروستکردنی کەشێکی دیموکراسی لەبار لەخوێندنگاکاندا کە هاوڕێیەتی و خۆشەویستی لەنێوان خوێندکاران و مامۆستادا زیاد بکات و خوێندکار لەپێوەندی کپکردن رزگار بکات.

10-بایەخدان بەوانەکانی وەرزش و هونەرو ئامادەکردنی هەموو پێداویستیەکانیان و کردنەوەی خولی بەردەوام بۆ ئەو مامۆستایانە بۆ برەودان بەتواناکانیان و تەرخانکردنی گۆڕەپانی تەوار لە خوێندنگاکاندا بۆ ئەم مەبەستەو رەچاوکردنی ئەمە لەکردنەوەی هەموو قوتابخانەیەکی نوێو دروستکردنی بینای تازەدا.

11-دابینکردنی هۆکارەکانی فێرکردن بە هەموو کەرەسەکانیەوەو بۆ هەموو خوێندنگاکان.

12-بوونی کتێبخانە لەخوێندنگاکانداو بەردەوام سەرپەرشتیکردنیانو زیادکردنی کتێب و گۆڤار بۆیانو هاندانی بەڕێوەبەرەکان بۆ بایەخدان بەم لایەنە گرنگەو هاندانی خوێندکار بۆ وەرگرتنی کتێب و گۆڤارو خوێندنەوەیان

13-هەوڵدان بۆ دروستکردنی تاقیگەی دەنگ بەتایبەتی بۆ فێرکردنی زمانی ئینگلیزی لەهەموو خوێندنگاکاندا.

14-بوونی هۆڵی گەورە لەهەموو خوێندنگا ناوەندیو ئامادەییەکاندا بۆ فیستڤاڵ و ئاهەنگ و کۆڕو سمینار.

15-هەموو خوێندنگەیەك پێویستە بۆ وەرزی هاوین بەپێی پلانێکی ساڵانە پرۆگرامی بۆ هاوین هەبێت و ئەمەش لەگەڵ پەروەردەو لایەنە بەرپرسەکاندا ڕێك بخرێت.

16-بایەخدان بەوانەکانی دەروونزانیو(تۆخم زانی)و پەروەردەی خێزانی لەهەموو خوێندنگاکاندا.

17-ڕێکخستنی گفتوگۆزاری هەموو خوێندنگاکان بەشێوەی تاك یا كۆو ساڵانە بەپێی پرۆگرامی تایبەتی وەزارەتی پەروەردە.

18-بایەخدانی زۆر بەلێژنەکانی باوکان‌و دایکان‌و مامۆستایان‌و پێشخستنیان بۆ چارەسەرکردنی ئەو کێشانەی ڕووبەڕوی خوێندکار دەبنەوە.

19-کەمکردنەوەی ژمارەی خوێندکاران لەخوێندنگاکاندا، بەشێوەیەك کەهیچ خوێندنگایەکی ناوەندی لە 500 خوێندکارو ئامادەی لە 600خوێندکاری تێدانەبێت، ئەویش بەکردنەوەی بەردەوام خوێندنگەی نوێ.

20-قسەکردن بۆ دایکان‌و باوکان لەسمیناری تایبەتی‌دا بۆ هاندانی خوێندکاران‌و ڕێ‌نەگرتن لەئارەزووەکانیان لەژێر ڕێنماییەکی پتەوی پەروەردەدا. .

21-هەوڵدان بۆ چارەسەرکردنی کێشەی ئابووری ئەو خوێندکارانەی هەژارن بەیارمەتی‌و دەستگرتن‌و بڕینەوەی موچەی تایبەت کە وایان لێبکرێت پێویستیان بە کارکردن نەبێت لەکاتی خوێندندا.

22-چارخشاندنەوە بەسیستەمی سەرتاسەری تاقیکردنەوەکاندا، چ ئەوانەی خوێندنگاو چ ئەوانەی گشتی (بەکەلۆرین) پرسیارەکانی تاقیکردنەوەکان لەپرسیاری دەرخی‌و لەبەرکردنی کوێرانەوە بگوێزرێنەوە بۆ پرسیاری سەراپاگیری‌و کراوە ئەوانەی کە توانای جوڵاندنی مێشکی خوێندکاریان هەیە.

23-چاوگێڕانەوە بەسیستەمی وەرگرتنی خوێندکار لەزانکۆ، تەنها ڕەچاوی پلەی تاقیکردنەوە گشتیەکان نەکرێت‌و هەندێك بنەمای دیکە دابنرێت وەك پلەکانی خوێندکار لەسێ ساڵی دوایی‌و ئارەزوو حەزەکانی خۆی بۆ ئەو لقەی بۆی دەچێت.

24-پێویستە هەمیشە خوێندکار بەرچاوەوە سەیربکرێت کەکۆڵەکەی تەواوی پاشەڕۆژمانن هەمیشە لەسەیرکردنی تاکڕەویەوە دورکەویتەوەو خوێندکار وا لێبکەین هەست بەبوونی خۆی بکات.

25-بوژاندنەوەی سیستەمی (ڕابەری دەروونی) لەخوێندنگاکاندا بەپیرەوەچوونی هەرگرفت‌و کۆسپێك کەدێتە بەردەم خوێندکارو هەوڵدانی زۆر بۆ چارەسەرکردنی.

مامۆستا

یەکێك لەهەرەبنەما سەرەکیەکانی پرۆسەی پەروەردە لەهەموو وڵاتێکدا مامۆستایە، چونکە هەرئەوە کەهێزی بزوێنەری دروستکردن‌و دامێتان‌و نوێ کردنەوەو سەقامگیرییە، ئەوە کەرێ پێشانەرو ئاراستەکەری مێشك‌و هۆشی خوێندکارانە لەسەر بنەماکانی زانست‌و ڕەوشت‌و نیشتمان پەروەری، هەر لەکۆنیشەوە گوتراوە ((مامۆستا چۆن بێت خوێندنگا بەو شێوەیە دەبێت))

هەموو فەیلەسوف‌و پیاوانی کۆمەڵایەتی‌و سیاسی زانیویانە کەهەموو پێشکەوتنی نەتەوە وڵاتێك بەندە بەمامۆستاوە. مامۆستایە بنیادی هزری خوێندکار دەنێت‌و زانست‌و زانیاری دەخاتە بەردەست‌و ڕۆڵێکی گەورە لەرۆشنبیر کردنیدا دەگێرێت‌و چاوی بۆ ژیان‌و دوارۆژ دەکاتەوەو ویژدانی بەهێز دەکات ولەیکاتە ئەندامێکی‌بەکەڵك لەکۆمەڵدا و لەهەموو لادان‌و سەرکێشی‌و خواربونەوەیەك دووری دەخاتەوە.

کۆمەڵان بەگشتی هەرهەموو قەرزاری مامۆستان هەرچی بکەن ئەوقەرزەیان پێ نادرێتەوە، هەربۆیە کۆمەڵە پێشکەوتوەکانی دنیا، بەردەوام لەخەمی ئەوەدان چۆن ژیان‌و گوزەرانی مامۆستا لەرادەیەکی بەرزدا ڕاگرن‌و چۆن خزمەتی تەواوی بکەن، چونکە دەزانن ئەگەر مامۆستا کێشەی ژیان‌و گوزەرانی نەبوو، بێگومان ئە زیاتر بەخشینی دەبێت‌و لەئەنجامیشدا کۆمەڵ براوەو سەرکەوتوو دەبێت.

ئەوانەی بەئارەزووی تەواوی خۆیان پیشەی مامۆستایی هەڵدەبژێرن، ئەوانە بەو دیدەوە دەژین کەنیشتمان پەروەردەی ڕاست‌و سەروەری هەمیشەیی‌و ڕێزو خۆ ڕۆشنبیرکردن‌و خزمەتی ڕاستی وڵات‌و نەتەوە، لەو پیشەیەدایەو لەوڕێگایەوە دەتوانن بنیادی کۆڵەکە گەورەکانی بوونی نەتەوەو نەوەی نوێ بنێن، ئەوانە هەموو ئەرکە زۆرەکانی مامۆستایی‌و بێ دەرامەتی‌و هیلاکیان لا ئاسانە. چونکە دەزانن ژیانی مادی‌و دوای مادە کەوتن بۆ ئەوان ئەو شکۆیی‌و مەزنی‌و گەورەی دروست ناکات، بەڵکو سەروەری‌و ئەمری‌و بەرزی ڕاستەقینە لەمامۆستاییدایە هەمیشە کۆمەڵ بەچاوێکی پڕ لەڕێزو خۆشەویستیەوە بۆیان

دەروانن چ خزمەتێکیان کردووەو چۆن وەك مۆم دەسوتێن‌و تەمەنی جوانی‌و گەنجیانی لەپێناودا دادەنێن.

باری ئێستا

ژمارەی مامۆستایان لەهەموو قۆناغەکاندا.

ساڵی 2001–2002 - 5164 مامۆستا

ئەو مامۆستایانەی ئێستا لەهەموو قۆناغەکانی خوێندندا وانە دەڵێنـەوەو ژمارەکـەیمان تۆمـارکردووە دەرچـووی ئـەم کۆلێژانەن:

1–کۆلێژی پەروەردە: ئەمانە بەتەواوی بۆماوەی چوارساڵ لەو کۆلێژەدا دەخوێنن‌و ئامادە دەکرێن بۆکاری مامۆستایی، چونکە جگە لە وانەکانی پسپۆری وانەکانی: سـایکۆلۆژی‌و پەروەردەیی‌و رێگاکانی (وانە گوتنەوە) دەخوێنن.

2–کۆلێژەکانی ئاداب‌و زمان‌و کۆلێـژی زانست‌و کۆلێـژی کشتوکاڵ‌و کۆلێژی ئابووری.

ئەمانە ئەگەرچی مادە زانستیەکان زۆرتر دەخوێنن‌و زۆرتر لـەبواری پسـپۆریاندا قـووڵ دەبنــەوە. بـەڵام وانــەکانی سایکۆلۆژی‌و پـەروەردەیی‌و رێگاکـانی وانـە وتنـەوە یـان نەخوێندوە، ئامـادە نـەکران‌و بـۆ مامۆسـتایی، ئەگـەرچی هــەندێك لەمانــە بەســەلیقە زۆر ســەرکەوتوون لــەکاری مامۆستایی‌دا بەڵام بەشـێکی زۆریـان پێویستیان بە خـولی تایبـەتی هەیە بۆ ئامادەکردنیـان وەك مامۆسـتا بەتایبـەتی گەنجەکانیان:

بڕوانامە:

مامۆستاکان بـەپێی بڕوانامـەیان لەهــەموو قۆناغـەکاندا (جگەلەسەرەتایی‌و باخچەی ساوایان) بەم جۆرەن:

1–ئامادەیی -309

2–دبلۆمی خانەی مامۆستایان -34

3–دبلۆمی پەیمانگاکانی دی -308

4–بەکالۆریۆسی -4493

5–بڕوانامەی دی -20

کۆ -5164

ژمارەی مامۆستایان بەپێی توخم:

ژمارەی مامۆستایانی نێر: -2539

ژمارەی مامۆستایانی مێ: -2625

کۆ - 5164

ئەوکێشانەی رووبەڕووی مامۆستا بونەتەوە

1–باری ئابووری

لەگەڵ ئەو هەوڵە زۆرەی‌کە حکومـەتی هـەرێمی کوردستان دەیدات بـۆ خۆشـگوزەرانی موچـەخۆرو مامۆسـتایان بـەڵام هێشتا باری ئابووری مامۆستایان لەپلەیـەکی نزم دایەو ئەو موچەیەی وەری دەگرن ناتوانن پێداویستیەکانی ژیانی خۆێن و مـاڵ‌و منداڵـین پێ‌جێبـەجێ بکـەن، ئەمــە جگـە لــەوەی ژمارەیـەکی زۆر لەمامۆسـتایان نـەیانتوانیوە ژیـانی خـێزانی دروست بکەن (لەپێش هـەموو هۆکانیشـەوە، باری ئابورییە) (ژمـارەی مامۆسـتای بـێ خـێزان (1835)ە لـە کـۆی (5164) مامۆستا واتە بەرێژەی 35.35٪ کەبێگومان ئەمە رێژەیـەکی گەورەیە جگە لەوەی ژمارەیـەکی زۆری مامۆستایان کرێچی‌و خانویـان نیـەو مانگانــە کرێیــەکی زۆر دەدەن‌و موچەکـەیان بەتـەواوی بەشـی ئـەو کرێیە ناکات، یا هـەندێکیان منداڵیـان گـەورەبوەو لـەزانکۆو پــەیمانگاکان‌و خەرجیــەکی زۆریـان دەوێـت. ئەمانــە بوونەتــە هــۆی ئــەوەی بـاری دەروونـــی مامۆستا ئاڵۆز بکەن‌و بەتەواوەتی نەتوانن ئـەو ئامە پیرۆزەی دەیانــەوێت بێگەیـەنن. هــەندێکیان بــۆ چارەســەری ئەمــە کەوتونەتـە کاسـپیکردن لـەدەرەوەی دەوامــی خوێندنگــاو زۆرجار ئـەو کارانـەی دەیکـەن لەگـەڵ رەوتـی مامۆسـتایی‌دا ناگونجێت، یا دەبێتە هۆی شەکەتی‌و ماندوبونیان‌و ناتوانن فەرمانـەکانی سەرشـانی خۆیـان بەتــەواوی جێبەجێ‌بکـەن‌و بەخۆیان‌و خوێندکارو خوێندنگەکەشیانەوە دیارە.

هەندێکیشیان پەلـەقاژێی وانەوتنـەوە (محـازەرە)یـان لـەم خوێندنگە بۆ ئەو خوێندنگە بۆ پەیداکردنی چەند پولێکـی زیـادو زۆرجـار ئەمـەش دەبێتـە هـۆی بـارگرانی‌و لـەرادە دەرچونــــی شــــەکەتی‌و هیلاکــــی کەدیســــــانەوە بەخوێندکارەکانیانـەوە دیـارە (هـەندێك مامۆسـتا ژمـارەی وانەی هەفتانەیان لە (60 دانە تێدەپەڕێت) ئەگەرچی وەزارەت نـاتوانێت لـەکاتی خۆیـدا پـارەی موحـازەرەش بـدات‌و بنمیچێکیش دانراوە بۆ وانەوتنەوە، زۆر لەمامۆستایان بۆ خۆ رزگارکردن لەوبنمیچە، بەناوی کەسانی دیکەوە دەینوسن.

هـەندێکی دیکـەیان ماڵـەوماڵ دەکـەن‌و وانـەی تایبـەتی دەڵێنـەوەو هـەندێك جـار کارەکـە گەیشـتۆتە ئـەوەی هـەر

لەسەرەتای ساڵەوە وانەی تایبەتی بەخوێندکاری خوێندنگەکەی خۆیان بڵێنەوە، ئاشکراشە کەئەمە چەند مەترسی لەسەر رەوتی پەروەردە کردوە، سەرەڕای زەق بوونەوەی باری چینایەتیو هەست بەکەمی کردن. لای هەندێك خوێندکار چونکە توانای مامۆستا گرتنیان نیە

2-دەرماڵەی هاتوچۆو دووریی

وەزارەتی پەروەردە کارێکی باشی کرد، کە بەپێی دووری خوێندنگەکەی مامۆستا دەرماڵەی دانا، ئەمەش وەك هاندانێك بۆ مانەوەو چوونی ئەو مامۆستایانە بۆئەو شوێنانە، بەڵام هێشتا ئەو دەرماڵەکەی ئەدرێت بەمامۆستا کەمەو زۆرجار بەشی هاتوچۆ ناکات بەتایبەتی ناوچە دورەکان بەهۆی گرانی هاتوچۆوە.

3-بوارەکانی دیکەی کارکردن؛

هەندێك لەدەرچوانی کۆلیژەکانی وەك زانستو ئادابو ئابووری، بواری دیکەیان لەدەرەوەی وەزارەتی پەروەردە بۆ دەرەخسێتو لەو شوێنانە دادەمەزرێنو روونا‌کەنە وەزارەتی پەروەردە ، بەشێکی زۆری ئەو دەرچوانە، حەز لەمامۆستایەتی ناکەنو بەکارێکی گرانی دەزاننو هەندێکیشیان وابیردەکەنەوە کە مامۆستایەتی درێژخایەنەو مرۆڤی تێدا پێش ناکەوێتو لەپلەکانی وەزیفیدا ناچێتە پێشەوەو داخراوە، بەڵام لەفەرمانگەکاندا لەفەرمانبەرییەکی بچوکەوە دێن تا دەگەنە دواپلەی فەرمانگەکانیانو بەوەش ژیانێکی باشتر بۆ خۆیانو خێزانیان دروست دەکەن.

ئەمە سەرەرای ئەوەی هەندێك پسپۆری وەك کیمیاو بایۆلۆژی دەتوانن لەتاقیگەی دروستیو کیمیایدا دابمەزرێنو لەپاش بە سەربردنی چەند ساڵێك خۆیان تاقیگەی تایبەتی دەکەنەوە یا دەرچوانی ئینگلیزی لەزۆربەی رێکخراوە بیانیەکاندا کاردەکەنو ئامادەبن بەموچەیەکی کەمو ئەرکێکی زۆر بێت وەزارەتی پەروەردەو.. ئەم بارە وای کردووە کەزۆر لەو مامۆستایانەی ئەو پسپۆریانەشیان هەیە، پەلەقاژێی دەرچون بکەن لەوەزارەتی پەروەردەو کارەکانیان بگوێزنەوە، هەردوو هۆکارەکە بونەتە هۆی ئەوەی کەکەمییەکی هەستپێکراو لەژمارەی مامۆستایانی ئەو پسپۆریانەدا بەزەقی دیاربێتو ئەمەش کێشەیەکی زۆر گەورەی لەوبارەیەوە دروست کردوەو ئەرکی مامۆستاکانی دیکەشی زیاد کردوە.

بۆ نمونە: ژمارەی مامۆستایانی پسپۆری ئینگلیزی لەقۆناغی ناوەندی دا- 163 مامۆستا لەکاتێکدا تەنها لەو قۆناغەدا پێویستی‌بە284 مامۆستا هەیە

4-زۆری ژمارەی خوێندکار لە پۆلدا؛

کارگەیشتوتە ئەوەی لەبرێکی 30 خوێنکار هەندێك پۆل ژمارەی خوێنکاری بگاتە 50–60، زیاتریش بێ گومان ئەمە کێشەیەکی گەورەی بۆ مامۆستا پەیدا کردوەو ناچارە رێگای وانە وتنەوەی بگۆرێتو زۆرجار بەرێگای کلاسیکی وانەبڵێتەوەو دووربکەوێتەوە لەوەی خوێنکار ببێتە تەوەرەی وانەکە، وە هیچ داهێنانو بەرەو پێشچونێکیش نبێت.

5-نەبوونی هۆکانی رونکردنەوەو تاقیگە؛

ئەم کارە کێشەیەکی دیاری خوڵقاندوەو زۆرجار مامۆستا هەوڵ ئەدات کەشێوەی تەقلیدی وانەکەی بگۆرێتو لەرێگایەکی وشکەوە بیهێنێتە سەر رێگایەکی تەرو پاراو زیاتر خوێندکاران ئالودەی وانەکەی بکات وتێی بگەن، بەڵام لەخوێندنگەکەدا هیچ هۆکارێکی رونکردنەوەیا تاقیگە یان نیەو نازانیت چی بکات.

6-بەسەرچوونی پرۆگرامی هەندێك لەوانەکان؛

زۆربەی مامۆستایان هەست بەدڵ گرانیو نارەحەتیەکی زۆر دەکەن کاتێك دەزانن بەشێکی زۆر لەو وانانەی دەیڵێنەوە کاتیان بەسەرچوەو بابەتەکان کۆننو پێویستیان بەتازەگەریو پێداچوونەوە هەیەو لەگەڵ رۆحی سەردەمدا ناگونجێن. ئەمەش وەرسیو پەرۆشی لەلادروست کردن

7-کەمی یانەبوونی سەرچاوە؛

بەشێکی زۆری خوێندنگاکان کتێبخانەیان تێدا نیە، و زۆریش لەوانەی هەیانە، کتێبەکان کۆننو سودێکی زۆریان نەماوە، (ئەگەر چی لەم یەك دوو ساڵەی دوایدا یونسکۆ (بەسوپاسەوە) برێکی باش کتێبی بۆ خوێندنگاکان دابین کرد) بەڵام هێشتا سەرچاوەکان زۆر کەمن لەبەردەم مامۆستادا، ئەخوازەلا بەهۆی ئەو هەمو ئابلوقەیەی لەسەر کوردستانە کتێبی باشو سەرچاوە ناگاتە دەست خوێنەر یا زۆرجار زۆرگرانن مامۆستایان توانای پەیداکردنیان نیە.

8-زۆری بابەتەکان و کەمی بەشەوانەکان:

یەکێك لەو کێشە دیارانەی رووبەرووی مامۆستا بۆتەوە لەهەندێك مادەدا، زۆری بابەتەکەو کەمی بەشەوانەکانیەتی. بۆ نمونە: زیندەوەرزانی پۆلی دوو، پۆلی سێ، دوو بەشەوانەیە (حصە) لەهەفتەیەکداو مادەکەش زۆرە، زۆر زەحمەتە و گرانە مامۆستا بتوانێت بەتەواوی حەقی خۆی بدات لەمادەکەو بەوشێوەیەی پێویستە بیڵێتەوەو مادەکە تەواو بکات.

9-ئارەزوو نەکردنی مامۆستایەتی:

بەشێك لەوانەی بەمامۆستاییەوە خەریکن لەبنەڕەتدا حەزیان لەمامۆستایەتی نەبووەو بەکارێکی گران و وەڕسکەری دادەنێن، ئەمانە زۆر بێتاقەتانە بەرەو پۆلەکان دەچن و مۆتیڤێکی زۆر لەکارەکەدا نابینن لەبەرئەوە وەك بێگار هەست بەکار دەکەن و بەردەوام هەوڵی خۆ دەربازکردن ئەدەن.

10-ئاستی نزم:

بەشێك لەو کۆلێژانەی کە بۆ مامۆستایەتی ئەکراون وەك کۆلێژی کشتوکاڵ ئارادەیەکی زۆر دەرچووەکانیان ناتوانن بەتەواوی کاری مامۆستایەتی راپەڕێنن و شارەزاییەکی زۆریان لەومادانە نیە کەدەیڵێتەوە، یاناچار دەکرێن بیڵێنەوە ئەمەش بێگومان کاریگەرییەکی سلبی لەتوانای تێگەیشتنی خوێندکاردا دروستکردوە.

سەرەڕای ئەوەش ئاستی پێگەیاندنی هەندێکی دیش لەکۆلێژەکان لەئاستی پێویستدا نین و پیاچوونەوەی تەواریان لەپرۆگرام و ئامادەکردندا دەوێت و بەتەواوەی بەدەرچووەکانیانەوە دیارە کەدەبن بەمامۆستا.

11-زمانی ئینگلیزی:

لەزۆربەی خوێندنگا ناوەندیەکانی شارو بەشێکی زۆری خوێندنگاکانی دەرەوە مامۆستایانی سەرەتایی، یا دەرچوانی لقەکانی دی وانەکانی ئینگلیزی دەڵێنەوە، ئەمە بۆتە هۆی دابەزینی ئاستی فێربونی ئەو زمانە بەرادەیەکی دیارو کاتێك مامۆستایەکی پسپۆر لەپۆلەکانی سەرودا دەیڵێتەوە هەست بەدروستبوونی ئەو کەلەبەرە گەورەیە دەکات و بۆیشی پڕنابێتەوە.

12-بەشەوانەی مامۆستا:

مامۆستایانی ناوەندی پێویستە 24 بەشەوانە لەهەفتەیەکدا بڵێنەوە مامۆستایانی ئامادەیش 22 بەشەوانە ئەمە ئەرکێکی زۆری بۆ مامۆستا دروستکردوەو توانای کەشەدان بەپسپۆڕی خۆی و خۆخەریك کردن بەکاری داهێنان و تاقیگەییەوەی کەم کردۆتەوەو رەنگە 16-18 بەشەوانە زۆرباش بێت ئەگەر ژمارەی تەواو مامۆستا هەبێت.

13-کەش وهەوای خوێندنگە:

کەشوهەوای خوێندنگە، رۆتینیەو بێگوڕان و مامۆستا هەست دەکات لەدنیایەکی داخراودایە، و بەپێی زەنگ لێدان لەم پۆل دەڕوات بۆ ئەو پۆل و ئامێر ئاسا کاردەکات، ئارەزوو توناکانی مامۆستا رەچاونەکراوە واتە بوونی دەرفەتی داهێنان و هەوڵدان لەگەڵ خوێندکارەکاندا لەدەرەوەی پۆل هتد.

14-پەیوەندی کزی خێزانەکان بەمامۆستاوە:

تائێستا ئەو پەیوەندییەی لەنێوان خێزانی و کەسوکاری خوێندکارو مامۆستاکاندا هەیە کزەو مامۆستا شتێکی ئەوتۆ دەربارەی باری دەروونی و ئابووری و کۆمەڵایەتی خوێندکارەکەو رادەی هاندانی خێزانەکە بۆ خوێندکارە نازانێت و ئەمە دابڕانێکی گەورەی لەپرۆسەی پەروەردەدا دروستکردوە.

15-نەبوونی کۆمپیوتەرو ڤیدیۆ:

کۆمپیوتەرو ڤیدیۆ دوو هۆکاری هەرە باشن لەبوارەکانی پەروەردەو فێرکردنی نوێدا، بەتایبەتی ئێستا کەژمارەیەکی زۆر فیلمی پەروەردەیی و فێرکردن هەن، لەگەڵ D.C D.V.Dدا لەهەموو بوارەکانی زانستی و رۆشنبیریدا کەمامۆستا دەتوانێت لەکاتی خۆیدا پەنایان بۆ ببات و خوێندکاران سوودی زۆری لێببینن، بەڵام نەبوونی ئەو هۆکارە نوێیانە مامۆستاو خوێندکاری بێبەشکردووە لەو سەرچاوە هەرە گرنگانەی دنیای ئەمڕۆ.

16-جیاوازی نەکردن لەنێوان مامۆستایاندا:

لەبوارەکانی پەروەردەوفێرکردندا، مامۆستای هەرەباش و دڵسۆزو سەرکەوتوو هەیە کەزۆربە سەرکەوتوی کارەکانیان رادەپەڕێنن و بەئەوپەڕی لەخۆبوردنییەوە خوێندکاران پەروەردە دەکەن، بەڵام ئەمانە جیاوازییەکی ئەو تۆیان

ناکرێت لەگەڵ ئەوانەی وەرسن و حەز بەمامۆستایەتی ناکەن و کارەکە تەنها لەکۆڵ خۆیان دەکەنەوەو ئاستی خوێندکارەکانیان نزمە. واتە سەرە موچەو پێشخستنی موچەیان وەك یەکەو هیچ پاداشت و پێشخستنێکی دیارو پێزانینێکی ئەو توێیان نیە کەزیاتر هانیان بدات و پێشیان بخات، بەڵکو پێچەوانەیە پاش ماوەیەك هەندێك لەوانەش وەك جۆری دووەمیان لێدێت و دەڵێن چ جیاوازییەك لەنێوان ئێمەو ئەواندا هەیە ؟

17-پەیوەندی سەرپەرشتیارن و مامۆستایان؛

بەشێك لەسەرپەرشتیاران لەبەرزییەوە سەیری مامۆستا دەکەن، هیچ پەیوەندیەکی دۆستانەو برایانەیان لەگەڵدا ناگرن و کارەکە تەنها بە کارێکی پیشەیی رووت سەیر دەکەن، ئەمەش کەلێنێکی پەروەردەیی گەورەی لەنێوان مامۆستاو سەرپەرشتیاردا دروستکردوەو وای کردوە کەمامۆستا نەتوانێت بەردەوام پەیوەندی بەسەرپەرشتیارەوە بکات و کێشە زانستی و پەروەردەیەکانی خۆی بخاتە بەردەم و پێکەوە هەوڵی چاککردن و چارەسەری بدەن، زۆربەی جاریش دیدەنیەکان لەساڵێکدا زۆر کەم و رەنگە سەرپەرشتیار مامۆستاکە هەرنەبینێت لەو دووجارەی دەچێتە خوێندنگاکە چونکە ئەو رۆژە وانەی نەبوە یا لەخوێندنگەیەکی دی وانەی هەبوە.

18-بەرێوەبەرەکان؛

لەزۆر خوێندنگادا کێشەیەکی زۆر لەنێوان مامۆستایان و بەرێوەبەرەدا هەیە لەبەر باری دیکتاتۆریەت یا ناپەروەردەیی هەندێك لەبەرێوەبەرانەو کەش و هەوایەکی خێزانی پەروەردەیی لەخوێندنگەکەدا پچراوە، مامۆستایان زۆر جار هەست دەکەن کەسێکی دەرەکی لەویست و ئارەزووی خۆیان لەبەرهەر (اعتبارێك) بێت بەسەریاندا سەپێنراوە، ئەوانە هەست دەکەن کەئەگەر بەهەڵبژاردنێك لەخۆیان لەکەشێکی دیموکراسیدا هەڵبژێرن، پرۆسەی پەروەردە دەهاجار سەرکەوتوتر دەبێت.

19-ئازاد نەبوونی مامۆستا لەوانە وتنەوەدا؛

بوونی بابەتێکی زۆر لەکێشەکانی خوێندندا، یابوونی تاقیکردنەوەی گشتی بۆ پۆلە کۆتاییەکان و کەمی ماوەی وانە کەمی بەشەوانەکان، وایانکردوە کە دەستی مامۆستایان بگرن لەوەی بتوانێت خۆی رامێنان بکات و پەلوپۆبهاوێت بۆ ئەو بابەتانەی بەپێویستی دەزانێت لەویارانەوە بیانخاتەڕوو بەخوێندکارەکانی بڵێت لەبەرئەوە هەست بەئازادنەبونی خۆی دەکات و گیروخواردنی بەدەست پرۆگرامێکی سەپێنراوەوە

20-نەبوونی پرسیاری فکری و زانستی لەکتێبەکانی خوێندنگادا؛

زۆربەی زۆری کتێبەکانی خوێندنگا سادەو بابەتەکان بەڕووتی دەخەنە بەردەست، بێئەوەی کۆمەڵە پرسیارێکی فکری و زانستی تەواو لەخۆبگرن، هەندێك جاریش کەلە کۆتایی فەسڵەکاندا پرسیاریان تێدا هەیە، پرسیارەکان بێبایەخ و سادەن و مێشکی خوێندکار ناهوروژێنن.

خوێندکار پێویستی بەپرسیاری فرە وەڵام و کراوە هەیە بۆ ئەوەی سەرنجی بەرامبەر بە ژیان و بیرکردنەوە قوڵ بکاتەوە نەك پرسیاری (تاکە وەڵامی سادەی بێبایەخ).

21-داڕشتن و پەرچڤەی بابەتی کتێبەکان؛

زۆربەی مامۆستایان لەوبروادان کە بەشێکی زۆر لەداڕشتنی بابەتی کتێبەکانی خوێندن داڕشتنێکی ناڕمانەوانێن و رستەی خواروخێچی زۆر تێدایە، وشکن و خوێندکار راناکێشن بۆ خوێندنەوەو تێگەیشتن و هەندێك لەو پەرچڤانەش کەکراون، حەرفین و مانای تەواو نادەن بەدەستەوە تەنانەت مامۆستایان خۆشیان زۆرجار دەڵێن پەنا بەینە بەر کتێبە عەرەبییەکە نازانین کوردیەکە دەڵێت چی؟! ئەمەش بارێکی سلبی خراپ لەسەر ئاستی تێگەیشتن و بیرکردنەوەی خوێندکار کردوەوەو پرۆسەکەی شێواندوە.

22-دوو خوێندنگەیی؛

بوونی دوو خوێندنگە یازیاتر لەیەك بینای خوێندندا، گەورەترین کاری سلبی کردۆتەبەر پرۆسەی پەروەردە چونکە ئەوبارە بۆتە هۆی کەمکردنەوەی کاتی وانەکان و پەلەپڕوزێ لەتاقیکردنەوەکان و کەمکردنەوەی پرسیارو چالاکی وەرزشی و هونەری و تاقیگەیی و دەوامی تەواوی مامۆستایان

23-نەبوونی توێژینەوە؛

توێژینەوەی فکری و زانستی و رۆشنبیری بەردەوام کاریگەرییەکی سەرەکی لەسەر بنیات نانی تاك و کۆمەڵ هەیە، کۆمەڵگا سەرکەوتوەکان بەردەوام لەرێگای توێژینەوەی

بەردەوامەوە هەوڵی پێشخستنی ئاستی زانستو رۆشنبیریان دەدەن.

خەریك کردنی سەرتاسەری کاتی مامۆستا بەوانە وتنەوەو دورکەوتنەوەی لەبواری خۆپەروەردەکردنو پێشکەوتنیدا ونەبوونی هاندانی توژینەوەو لێکۆڵینەوەی پەروەردەیو زانستیو تەرخان نەکردنی پاداشت لەم بارەیەوە مامۆستایانی دابڕاندوە لەدنیای توژینەوەو پەروەردەکردنی خۆو کۆمەڵ.

24-کەمی سەردانی بەرپرسان:

جگە لەسەرپەرشتیاران، زۆر بەکەمی بەرپرسانی پەروەردە سەردانی خوێندنگاکان دەکەنو کاتێکی تایبەتیان بۆ تەرخان ناکەن کەلەکێشەو گرفتە مەیدانیەکانیان بکۆڵنەوە، ئەمەش بۆتە هۆی دابڕانی دەزگای بەڕێوەبردنی پەروەردە لە خوێندنگاکانو مانەوەی کێشەکان وەك خۆیان (چونکە سەرپەرشتیاران تەنها دەتوانن کێشەکان وەك راپورت بۆ پەروەردە رەوان بکەن) بەڵام پەروەردە توانای چارەسەری مەنوکەییان هەیە.

25-دەستێوەردانی دەرەکی:

لەهەندێك بارو هەندێك شوێندا دەستێوەردانی دیار بەکاروبارەکانی مامۆستاوە دیارە بەتایبەتی لەقەزاو ناحیەو گوندەکاندا، لەلایەن بەرپرسانی حزبیو کارگێڕی ئەو ناوچانەداو زۆرجار بۆتە هۆی وەڕسکردنو بێزاری مامۆستا بەتایبەتی دەست خستنە ناو کاروباری پلەکانی تاقیکردنەوەو دەرچوونی خوێندکاری بێتواناوە یا واستەکردن لەشارەکاندا لەلایەن کەسوکاری خوێندنکارەوە بۆ هەمان مەبەست.

26-جیاوازی نەکردن لەنێوان مامۆستای سەرەتایو ناوەندیدا:

بیرکردنەوە لەزیادکردنی دەرماڵەو پاداشتی مامۆستاو خۆشکردنی گوزەرانیان هەمیشە وەزارەتی پەروەردە دەخاتە بەردەم ژمارەیەکی ئێجگار زۆرەوە کەلە توانایدا نەبێت بەڵام بەتەنها بیرکردنەوە لە ژمارەیەکی وەکو (5164) ژمارەیەکی تۆقێنەر نیە دەتوانرێت کاری زۆریان بۆ بکرێت چونکە ئەوان خزیان شان بەشانی ئەندازیارو پزیشكو مافناسان دادەنێن چونکە وەك ئەوان دەخوێننو کۆلێژیان تەواوکردوە.

27-نەبوونی ژمارەی تەواو کتێب:

کتێب بەسەرچاوەیەکی گرنگی زانستیو فێربوون دادەنرێت لەبەردەم پرۆسەی فێرکردندا خوێندکار لەڕێگای کتێبی خوێندنگاوە دەتوانێت مادەکان ئامادە بکاتو بەشداری لەپۆلدا بکاتو لەپاشدا بەسەریاندا بچێتەوەو خۆی ئامادە بکات، بەڵام نەبوونی ژمارەی تەواوی هەندێك کتێبی خوێندنگا مامۆستای خستۆتە ناو کێشەیەکی زۆرەوەو ناتوانێت بەتەواوی لێپرسینەوەی تەواو لەخوێندکار بکات.

28-کۆنی سیستمی تاقیکردنەوەکان:

سیستمی تاقیکردنەوەکان سیستمێکی کۆنەو کاریگەرییەکی زۆر خراپی لەسەر رەوتی خوێندنو فێرکردن کردوە، بەشی زۆری تاقیکردنەوەکان بەئاراستەی لەبەرکردنو وتنەوە دانراون نەك بەئاراستەی بیرکردنەوەو هەژاندنی مێشکی خوێندکار، لەبەرئەوە شێوەی وانەوتنەوەکانیش هەربۆتەو ئامانجە گیراونەتەو بەر کەوا لەخوێندکار بکەن زۆرترین توانای لەبەرکردنی هەبێت بۆ ئەوەی لەتاقیکردنەوەکاندا سەرکەوتوبێت، بێئەوەی بوارێك بۆ بیرکردنەوەو راهێنانو سەرنجی خۆی تێدابێت ، ئەمەش گرفتێکی زۆری بۆ مامۆستا خوڵقاندوە کەنەتوانێت پەلوپۆبهاوێت بۆ بابەتی باشترو چاکتر.

29-بڵاوبوونەوەی مەلزمە بەرادەیەکی زۆر:

بڵاوبوونەوەی مەلزمەی زۆری وانەکان بەتایبەتی وانەکانی پۆلە کۆتاییەکان کارێکی زۆریان کردۆتە سەر گوێگرتنو بایەخدان بەوانەکان لەخوێندنگەدا، چونکە هەندێك خوێندکار کەمەلزمەی مامۆستای دیکە بەکاردەهێنێت ئەوەندە بایەخ بەمامۆستاکەی خۆی نادات، یاهەر مەلزمەی مامۆستاکەی خۆشی دەبێتە هۆی بایەخ نەدان بەکتێبەکەو پەرتەوازەبوونی. ئەمەش کێشەیەکی تەواوی بۆ مامۆستاکان دروستکردوە.

30-سیستمی بەکارهێنانی پۆل:

ئائێستا لەهەموو خوێندنگاکاندا سیستمی بەکارهێنانی پۆل رەچاوەکرێت، بەڵام لەسیستمی نوێی جیهاندا سیستمی هۆڵ بەکاردێت واتە هەرمامۆستایەك هۆڵی تایبەتی خۆی دەبێتو خوێندکارەکانو لەکاتی خۆیدا دەچن بۆ هۆڵەکە نەك مامۆستا بچێت بۆلایان سوودی ئەو رێگایەش

بوونی هەموو هۆکانی رونکردنەوەو تاقیگەییە لە هۆڵەکەداو بەکارهێنانیەتی

پلانی ستراتیژی

1-هەوڵدانی بەردەوام بۆ بەرزکردنەوەی باری ئابوری مامۆستا بەشێوەیەك کەبتوانێت تەنها بەموچەی مامۆستایی بژێوی ژیانی خۆیو خێزانی دابین بکات

2-کەمکردنەوەی ژمارەی خوێندکاران لەپۆلدا بۆ 30 خوێندکارو کەمتر.

3-دابینکردنی هۆکارەکانی رونکردنەوەو تاقیگە لەهەمو خوێندنگایەکدا.

4-دەستکاریکردنی بەردەوامو گۆڕانکاری لە پرۆگرامەکانی خوێندندا.

5-دەستەبەرکردنی سەرچاوە لەهەموو بوارەکانی زانستو مەعریفەدا بۆ خوێندکاران.

6-کەمکردنەوەی بابەتی ناو کتێبەکانو لابردنی ئەو مادانەی کە زۆر بێکەڵکنو هەوڵدان بۆ زیادکردنی بەشەوانەکانی هەندێك بابەتی پێویست.

7-بەرزکردنەوەی ئاستی زانیاری مامۆستا لەرێگای خولی بەردەوامو سمینارو فیلمو کۆڕگرتنەوە

8-بایەخدانی تەواو بەزمانی ئینگلیزیو دەستەبەرکردنی تاقیگەی دەنگ لەخوێندنگاکانداو کردنەوەی دەورەی درێژخایەن بۆ ئەو مامۆستایانەی پسپۆریان ئینگلیزی نیەو دەیڵێنەوە.

9-رەخساندنی ژینگەیەکی لەبار لەخوێندنگاکاندا بۆ مامۆستا، دابینکردنی ژور، مێزو کورسی تایبەت، هۆڵو جێگەی سەربەخۆ بۆ هەموو مادەیەك، هەڵبژاردنی بەڕێوەبەر لەناوخوێندنگاکە خۆیدا.

10-بەهێزکردنی لیژنەکانی باوکانو مامۆستایانو پتەوکردنی پەیوەندی مامۆستا بەکەسوکاری خوێندکارەوە.

11-دابینکردنی کۆمپیوتەرو ڤیدیۆ بۆ هەموو خوێندنگایەك لەگەڵ C.Dی زانیارییو شریتی ڤیدیۆی سەردەم.

12-پاداشتو سوپاسو پێزانین دان بەو مامۆستایانەی لەبواری کارەکانیاندا سەرکەوتونو هەوڵدان بۆ پێشخستنیانو هاندانیانو خوێندنەوەیان لە بۆنە تایبەتەکانداو بڵاوکردنەوەی هەواڵی سەرەکەوتنیان بەهەموو خوێندنگاکاندا. سەرزەنشتکردنو لێ پرسینەوەی ئەوانەش کە بێتاقەتو بێتواناو لابردنی هەندێکیان لەپرۆسەی پەروەردەو فێرکردندا.

13 زیادکردنی دیدەنی سەرپەرشتیاران بۆ خوێندنگاکانو هاندانی مامۆستایان بۆ پەیوەندیکردنی توندو تۆڵ بەسەرپەرشتیارانەوە بەشێوەیەك کەپێکەوە بەردەوام کێشەوگرفتەکان چارەسەر بکەن.

14-کردنەوەی خولی کارگێڕی نوێی بەردەوام بۆ بەڕێوەبەرو یاریدەدەرەکانو راهێنانیان بە کەشوهەوای دیموکراسیو رێزی یەکترگرتنو فرە رایی لەخوێندنگاکاندا لەپێناوی سەرخستنی دیموکراسیانەی پرۆسەی پەروەردەو فێرکردن، لابردنی ئەو بڕێوەبەرانەیکە سەرکەوتوەکانی کارگێڕیو بەڕێوەبەریان تێدا نیە لەرێگای راپرسی ناو مامۆستایانی خوێندنگەکە بەشێوەی نهێنی (بێناو)و راپۆرتی سەرپەرشتیاران.

15-فراوانکردنی ریبەری گوتنەوەی مامۆستا لەپۆلدا، بۆئەوەی بەئازادی پەلوپۆبهاوێت بۆ بابەتە دەرەکیەکان کە پەیوەندیان بەبابەتەکەوە هەیەو گیرنەخواردنو نەچەقین بەهۆی کتێبی خوێندنگەوە.

16-دانانی کۆمەڵێك پرسیاری فکری هەمە چەشنە بۆهەموو بابەتەکانی کتێبەکانی خوێندنگەو ناردنی بۆ خوێندنگاکان.

17-پێداچوونەوەی بەردەوام بە:

ا-بابەتی کتێبەکان بەهەموو جۆرەکانیەوە.

ب-زمانو داڕشتنی کتێبەکان.

ج-پەرچڤەکردنی.

18-هەوڵدانێکی زۆر بۆ دروستکردنی بینای نوێی خوێندنگە لەشارو دەرەوەدا بەشێوەیەك کەلە سێ ساڵ هاتودا هیچ بینایەك نەبێت لەیەك خوێندنگەی زیاتر تێدابێت.

19-هاندانی بەردەوامی مامۆستایان بۆ توێژینەوەو لێکۆڵینەوەو نوسینی باشو بابەتی بەکەڵکو گرتنی سیمینارو کۆڕ ج لەسەرئاستی خوێندنگەکەو ج لەسەرئاستی شارەکە بۆ توێژینەوەو پەروەردەکردنی تاكو کۆو ئاشناکردن بەجیهانی دەرەوەی کتێبی خوێندنگەو گەڕان بەدوای زانیاری نوێدا. وتەرخانکردنی پاداشتی چاك سالانە بۆ سەرکەوتوەکانی ئەم بوارە.

20–هەوڵدان بۆ سەردانی خوێندنگاکان لەلایەن بەرپرسیارانی وەزارەتو بەڕێوەبەریەکانی پەروەردەوە بۆ زیاتر ئاشنابوون لەکێشەو گرفتەکانو دۆزینەوەی چارەسەری گونجاو بۆیان.

21–قەدەغە کردنی هەموو دەستێوەردانێکی دەرەکی بەهەموو جۆرەکانیەوە، بەشێوەیەك کە بەڕێوەبەرو مامۆستایانی خوێندنگە ئازادی تەواویان هەبێت لەکارو کارەکانیاندا

22–هەستکردن بەبوونی مامۆستای ناوەندیو ئامادەییو جیاکردنەوەی کێشەکانیان لەگەڵ سەرەتاییەکانداو بیرکردنەوە لەچارەسەری باری ئابووری بەشێوەیەکی بنەڕەتی.

23–دابینکردنی کتێبی خوێندن بۆهەموو خوێندکارێك.

24–دەستکاریو گۆڕانکاری کردن لەسەرتاپای سیستمی تاقیکردنەوەکان، بەشێوەیەك کە تاقیکردنەوە لەکەشو هەوای تۆقینەرەوە ببێتە هۆکارێکی فێربوونو زیادکردنی زانیاریو بەرزکردنەوەی ئاستو بیرکردنەوە.

25–قەدەغە کردنی مەلزەمە بەهەموو جۆرەکانیەوەو لەهەمو ئاستەکاندا.

26–هەوڵدان بۆ بەکارهێنانی سیستمی هۆڵو گۆڕینی وانە کار بە(موحازەرە)و لابردنی زەنگ.

27–بڵاوکردنەوەی تیۆرو سیستمە نوێکانی فێرکردنو پەروەردەی بەردەوام لەڕێگای ئامیلکەو سیمینارەوە.

28–بەهێز کردنی سەرپەرشتیاری بەتەرخانکردنی بودجەی تەواو بۆ سەردانی (زوو زووی) خوێندنگاکان لەلایەن سەرپەرشتیارانەوە

29–بایەخدان بەکۆلیژەکانی پەروەردەو زانستو دابین کردنی مامۆستای باش بۆیانو هاندانی دەرچوانیان بۆهاتن بۆ پەروەردە بەهەموو شێوەیەك.

سەرنج:

ئەم توێژینەوەیە کۆتایی ساڵی 2003و سەرەتای ساڵی 2004 ئەنجامدراوە، ئێستا هەندێك لە خاڵەكان بەهۆی بارودۆخی نوێوە گۆڕانکاریان بەسەردا هاتووە و هەندێکیان زۆر بەرەو باشتر چوون و هەندێکیان وەك خۆیان ماونەتەوە.

ژەمە خێراکان

دەبنە هۆی لاوازبوونی توانای بینین

لێکۆڵینەوەیەکی پزیشکی نوێ ئاشکرایکرد خواردنی ژەمە خێراکان تەنها بەرپرس نییە لە زیادبوونی کێشی لەش بەڵکو لەوانەیە زیان بە توانای بینینیش بگەیەنێت.

توێژەرەوەکان ڕایانگەیاند بەکارهێنانی خۆراکە چەورەکان بەڕێژەی گەورە مەترسی توشبوون بە تێکچوونی (مایکولا)ی چاو زیاد دەکەن کە پەیوەندییان بەتەمەنەوە هەیە. نەخۆشی تێکچوونی ماکیولا هۆکاری سەرەکی کوێربوونو لاواز بوونی توانای بینینە لەئەمەریکا لەو کەسانەدا کە تەمەنییان لە سەروو پەنجاو پێنجەوەیە توێژەرەوەکان لە دامەزراوەی پزیشکی تایبەت بە چاوو گوێ لە ماساچوستوس، وتیان: ئەم نەخۆشییە کار دەکاتە سەرتوانای بینینی نزیکەی دە ملیۆن ئەمەریکیو وا چاوەڕوان دەکرێت ئەم ژمارەیە زیاد بکات لەگەڵ چوون بە تەمەنی ئەو کەسانەدا، ئەنجامەکانی توێژینەوە کە لە گۆڤاری ئەرشیفی پزیشکی چاودا بڵاوکرایەوەو لەو لێکۆڵینەوەیەدا چاودێری حاڵەتی 349 کەس کرا کە تەمەنییان لە نێوان 55–80 ساڵیدا بوو کە لە قۆناغە پەرەسەندووەکانی نەخۆشی تێکچوون چینی ماکیولای چاودا بوون.

توێژەرەوەکا ئەوەشیان ڕونکردەوە ئەم لێکۆڵینەوەیە یەکەمجارە جۆری خواردن بەگیرو گرفتەکانی بینینەوە دەبەسترێتەوە، چونکە توێژینەوەکانی پێشو تەنها ئاماژەیان بە جگەرە کێشان داوە وەك تاکە هۆکاری ناسراو بۆ ئەم نەخۆشییە بەڵام ئێستا دەرکەوتووە جۆری دیاریکراو لە چەوری بەتایبەتی ئەوانەی لە خۆراکە خێراکاندا مەترسی توشبوون بە تێکچوونی ماکیولا کە پەیوەندی بە چوون بە تەمەنەوە هەیە، زیاد دەکەن، چەوری (تاك تێری) و(فرە تێری) و ترشی لینولییك کە لە خۆراکە خێراکاندا بەکار دێتو شکوولاتەو کێكو بسکیتو چیپسی پەتاتەو پەتاتەی سورە کراو گشتییان مەترسی توشبوون بەم نەخۆشییە زیاد دەکەن، لەبەر ئەوە توێژەرەوەکان لە مەترسیو کاریگەری نێگەتیڤی ئەو خۆراکانە بۆ سەر توانای بینین ئاگادارمان دەکەنەوە، لە هەمان کاتدا ئامۆژگاریشمان دەکەن بە خواردنی ماسی تونەو سەلەمون لەگەڵ سەوزەدا چونکە بە ترشی چەوری ئومیگار 3 دەوڵەمەندنو ئەمەش مەترسی توشبوون بە نەخۆشییەکانی چاو کەمدەکاتەوە

هەڵاڵە

هونەرمەندێکی شێوەکاری بێ دەست

پەرچڤەی: بەیان کەمال کەریم

پێش چارەکە سەدەیەک لەمەوبەر، کاتێک کەریمە موختار لەدایک دەبێت، خێزانەکەی جۆرێک لە خەم و پەژارە دایاندەگرێ، چونکە کچەکەیان لە حاڵەتێکی دەگمەندا بێ دەست لەدایک بووە کە تەنانەت پزیشکەکانیش دەسەوسان بوون لە دۆزینەوەی لێکدانەوەیەکی زانستی بۆ ئەو حاڵەتە، هاوکات منداڵەکە تەندروستی باش بووە و هەموو ئەندامەکانی تری لاشەی بەشێوەیەکی ڕێکوپێک ئیشی کردووە جگە لە دوو دەستە براوەکەی.

هەر بۆیە پرسیارگەلێکی هەمەجۆر بەمێشکی ئەم خێزانە بەسەسزمانەدا هاتووە بێ ئەوەی بتوانن وەڵامی بدەنەوە، لەوانە چۆن نانبخوات؟ چۆن ئاو بخواتەوە؟ جلوبەرگ چۆن لەبەر دەکات؟ دنیا لەبەرچاوی ئەم دایک و باوکەدا ڕەش ببوو و فرمێسک بە چاویاندا دەهاتەخوار. ئەم دوو بەسەزمانە نەیان دەزانی قەدەر چی شاردۆتەوە بۆ کچەکەیان و چۆن دەتوانێ ببێت بە ڕەمزێک و بەربەرەکانێی ئەو ناتەواوییە بکات.

دواتر ئەم کچە توانی قاچەکانی بەشێوەیەک ڕابێنێ کە ئیشی دەست و قاچی پێبکات، توانی بەکاریبێنێ بۆ نانخواردن و ئاوخواردنەوە و هەموو ئیشەکانی ناوماڵی بەشێوەیەکی ئاوازە و سەرکەوتو پێبکات، بگرە لەوە سەرسامتر توانی قاچەکانی بۆ کێشانی تابلۆی هونەری بەکاربێنێ کە هەندێ لە هونەرمەندە شێوەکارەکان دەڵێن ئەم ئیشانە تەنها هونەرمەندە جیهانیەکان دەتوانن دروستی بکەن.

کەریمە موختار لە چاوپێکەوتنێکدا لەگەڵ ڕۆژنامەی "الشرق الاوسط" دەڵێ: سوپاس بۆ خوا دەتوانم لە ڕێگەی هەردوو قاچمەوە هەموو شتێک جێبەجێ بکەم و پێیەکانم جگە لە کاری سروشتی خۆیان دەتوانم ئەرکەکانی دەستیشمیان پێ جێبەجێ بکەم. من دەتوانم ئوتو بکەم، چێشت لێبنێم، نانبخۆم، ئاو بخۆمەوە، پیاز و شێلم بجنم، برنج بپژێرم و هەموو ئەو ئیشوکارانەی ناوماڵ جێبەجێدەکەم کە مرۆڤێکی ئاسایی جێبەجێیان دەکات. سەرەتا مەسەلەکە زۆر سەخت بوو، بەڵام دایکم خوا لێیخۆش بێت، ئەو لە منداڵییەوە فێری هەموو ئەم ئەرکانەی کردم، دایکم شتەکانی دەدامێ و زۆری لێدەکردم کە بە پێیەکانم هەڵیانبگرمەوە، تاکو ڕاهاتم لەسەریان و ئێستا مەسەلەکە بەلامەوە زۆر ئاساییە.

کریمە موختار بەردەوام دەبێت و دەڵێ: دەزانم ئەم حاڵەتەی من تاقە حاڵەتێکە لە جیهاندا کە توانیومە سەرکەوتوانە هەر دوو پێیەکانم جگە لە ئیشە سروشتیەکانی خۆیان ئیشوکاری دەستکانیشی پێبکەم، من دەزانم لەسەر ئاستی جیهان هەندێ حاڵەتی لەم جۆرەی من هەیە و توانیویانە بە بەکارهێنانی پێکانیان قەرەبوی لەدەستدانی دەستیان بکەنەوە، بەڵام ئەوان نەگەشتونەتە ئاست شارەزایی و لێزانینی من. ئەمەش چاکە و نیعمەتی خوای گەورەیە و سوپاسی دەکەم، بەتایبەتی ئێستا من قۆناغی سەرەتاییانەم تێپەڕاندووە بەوەی پێیەکانم تەنها لەبری دەستەکانم بۆ کاری خواردن و خواردنەوە و هەندێ ئیشوکاری

ڕۆژانەی تر بەکاربێنم، ئێستا دەتوانم پێیەکانم بۆ کاری داهێنەرانەی وەك تابلۆی هونەری بەکاربێنم کە بە لای زۆرێك لە هونەرمەندە شێوەکارەکانەوە جێگای ڕێز و ستایش بووە، چ هونەرمەندانی ناوەوەی میسر یان دەرەوەی میسر.

کەریمە موختار سەبارەت بە سەرەتاکانی وێنەکێشان دەڵێ: هەر لە تەمەنی پێنج ساڵیمەوە لاسایی خوشکە گەورەکەمم ئەکردەوە کە خەریکی وێنەکێشان بوو، قەڵەمەکەم بە پێیەکانم ئەگرت و لەسەر دەفتەری وێنەکێشانەکە شەخبەتەیەکم دروست دەکرد، بگرە لەسەر داوای خوشکەکەم دەستمکرد بە ڕەنگکردنی وێنەکانی، ئەو دەم نەمدەزانی ئەمە کارێکی نایابە، بەڵام دایکم داوایلێدەکردم کە گرنگە من ئەو وێنانە بپارێزم و هەڵیانبگرم، من سەرم لەو داوایەی دایکم سوڕمابوو. کاتێ یەکێك لە دراوسێکانمان هاتن بۆلامان، بە دایکمیان وت پێویستە من سەردانی کۆشکی هونەری لە قاهیرە بکەم کە هونەرمەندانی شێوەکار لە پیاو و ژن لەوێ کۆدەبونەوە، ئیدی من و دایکم سەردانی ئەوێمان کرد، لەوێ گۆرانیبێژ و ئاوازدانەر ئەحمەد ئەلئەجار بینیمی ئەو یەکەم کەس بو کە بلیمەتیەکەمی دۆزیەوە و ستایشی تابلۆکانمی کرد و پێی وتم ئەو تابلۆیانە تەنها هونەرمەندێکی شارەزای جیهانی دەتوانێ بیانکێشێت. ئیدی تابلۆکانمی پیشانی خەڵك دەدا، من ئەو کات تەمەنم پانزە ساڵ بوو، لەوکاتەوە سەفەری من لەگەڵ هونەری تەشکیلی دەستیپێکرد.

کەریمە دەڵێ: من گەرچی ناخۆشی و ناڕەحەتی بەرانگارم دەبنەوە، بەڵام لە ژیاندا گەشبینم و دڵم بە ژیان خۆشە، ئەمەش لە تابلۆکانمدا ڕەنگی داوەتەوە، من لە وێنەکێشاندا ڕەنگی کراوە کە گوزارشت لە گەشبینی و کامەرانی دەکات بەکاردەهێنم. لەبەر ئەوە دەبینی زۆربەی تابلۆکانم بریتیە لە ڕەنگی سور و سەوز و سپی و ڕەنگە جوانەکانی تر. بەڵام هەندێ سات هەیە کە خەم و پەژارە و نائومێدی دامدەگرێ و ئەمەش دیسانەوە لە تابلۆکانمدا ڕەنگدەداتەوە. پێش ماوەیەك بە گەورەترین کارەسات کە لە ژیانمدا ڕوویدابێت تێپەڕیم، ئەویش لەدەستدانی ئازیزترین و خۆشەویسترین دوو کەس بوو کە دایك و باوکم بوون، لەم ژیانەدا ئەوان پشت و پەنام بوون، لەوانەوە هێز و خولیاکانم وەردەگرت، باوکم نەخۆش کەوت و پاشان مرد، دایکم بەرگەی ئەو ماڵئاواییەی باوکمی نەگرت و هێشتا مانگێ بەسەر مردنەکەیدا تێنەپەڕی بوو دایکیشم کۆچی دوایی کرد، ئیدی لەم دنیایەدا بە تەنها جێیانهێشتم و ئێستا لەگەڵ خوشکە گەورەکەمدا دەژیم، لەم جیهانەدا دوای مردنی دایك و باوکم ئەو تاقە کەسێکە بۆم ماوەتەوە

کەریمە هەستدەکات جۆرێك لە هاوڕێیەتی لەنێوان خۆی و قڵچەکەیدا دروست بووە کە لە کاتی خۆش و ناخۆشیدا بەخێرایی دەستی بۆ دەبات. کەریمە دەڵێ کاتێ هەست بە دڵتەنگی یان خۆشییەکی زۆر دەکەم، حاڵەتێکی داگیرسان دامدەگرێ و واملێدەکات دەست بدەمە قڵچەکەم، ئەودەم بەخێرایی دەچمە ژورەکەم و دەرگاکەی لەسەر خۆم دادەخەم وگوێ بۆ مۆسیقایەکی هێمن یاخود گۆرانییەکی ڕۆمانسی دەگرم، ئیدی قڵچەکەم و ڕەنگەکان و تابلۆی وێنەکێشانەکە دەگرم بەدەستمەوە کە هەموو ژیانمە، ئەوانە هاوڕێ ڕاستەقینەکانمن. سەبارەت بە کاتی ئیشکردنەکانی ڕۆژانەم لە مەرسەمەکەمدا، ئەوا پێم باشە لە کاتژمێرەکانی کۆتایی شەودا ئیشبکەم کە هێمنی باڵ بەسەر شوێنەکەدا دەکێشێ و دنیا ئارام دەبێت.

ئەو ماوەیەی کە دروستکردنی تابلۆیەك دەیخایەنێت لەسەر حاڵەتی دەرونی کەریمە ڕاوەستاوە و ئاوا دەڵێ: ئەوە پابەندی ئەو حاڵەتە دەرونییەیە کە تێیدا دەژیم، هەندێجار دروستکردنی تابلۆیەکی زۆر بچوك کە ڕووبەرەکەی (20× 30سم) تێناپەڕێ زیاد لە سێ مانگ دەخایەنێت، هەندێ تابلۆی دیکە هەیە کە قەبارەکەی دەگاتە (50×100سم) بەڵام سورم لەسەر تەواوکردنی لە ڕۆژێکدا. ساڵی پار شتێکی لەمجۆرە ڕوویدا، یەکێ داوای لێمکردم تابلۆیەکی قەبارە گەورەی بۆ دروستکەم، دەیویست ڕۆژی پاشتر بۆی تەواوبکەم و وەریبگرێتەوە چونکە ناچارە لەو ڕۆژەدا سەفەر بۆ دەرەوەی وڵات بکات، بە پشتیوانی یەزدان لە ماوەی بیست و چوار کاتژمێر ئیشکردنی بەردەوامدا تەوام کرد و ڕۆژی پاشتر بۆم نارد.

دەربارەی ئەو خەڵاتانەی کە بەدەستی هێناوە دەڵێ: من بیری خۆم بە خەڵات وەرگرتنەوە سەرقاڵ ناکەم، چونکە خەڵات دواجار ڕێزلێنانێکی مادی و مەعنەوییە لە دەستەیەکەوە یاخود لە ڕێکخراوێکەوە، بەڵام ڕێزلێنانی ڕاستەقینە لە جەماوەرەوە دێت کە خۆشبەختییەکی بێپایانم پێدەبەخشن، کاتێ دەبینم لەبەردەم یەکێك لە تابلۆکانمدا ڕاوەستاوە و سەرسامانە لێی دەڕوانێ و باوەڕناکات ئەوەی ئەو تابلۆیەی دروست کردووە کچێکی بێ دەستە، هاوکات ئەمە مانای ئەوە نییە من خەڵاتم خۆشناوێت، منیش وەك هەر هونەرمەندێکی تر وایدەبینم خەڵاتکردن هاندانێکە بۆ بەردەوام بوون لە گەشتە هونەرییەکەیدا. من کۆمەڵێ خەڵاتم لە وەزارەتی لاوان و وەرزش و وەزارەتی گەشتوگوزار و وەزارەتی ڕۆشنبیری میسری وەرگرتووە، هەروەها بەشداری چەندین پێشەنگام کردووە چ لەناوخۆی میسر و چ لە دەرەوەی، دواهەمینیان دوو پێشەنگابوو لە بەلجیکا و بەرازیل، هەستم کرد خەڵك بە سەرسوڕمانەوە لە تابلۆکانم دەڕوانن، من سەفیرێکی سەربەرزی میسر و وڵاتانی عەرەبی بووم.

سەرچاوە: ڕۆژنامەی الشرق الاوسط/ 2005/2/2

هەڵسەنگاندنی گڵی خۆماڵی بۆدروستکردنی خشت

ئیبراهیم محەمەد جەزا

تۆڵە ئەحمەد میرزا
E mail:tolamirza@yahoo.com

بەشی زەویناسی ، کۆلیژی زانست، زانکۆی سلێمانی

پێشەکی:

ئەم باسە بەشێکە لەتوێژینەوەیەکی هاوبەشی نووسەرانی ئەم بابەتە، کە بەم نزیکانە لەگۆڤاری زانکۆی سلێمانیدا بەزمانی ئینگلیزی بڵاودەبێتەوە (1). ئامانجی ئەم باسە ئەوەیە کەزانیارییەکانی ناو توێژینەوەکە (کە ئەنجامی کاری بەردەوامی ساڵێکی ئیشکردنە) لەقاڵبێکی ئەکادیمییەوە کورت بکرێتەوە و بە شێوەیەکی ساکار بخرێتە بەردەم خوێنەرانی بەڕێز . مەڵبەتە باسەکە هەوڵ دەدات کە سەرچاوەکانی گڵی کوردستان دەست نیشان بکات و باشترینیان بۆ پیشەسازی خشت دیاری بکات

شوێنی کۆکردنەوەی نموونەکان :

لەم توێژینەوەیەدا چواردە جۆرلە گڵی ناوچەجیاوازەکانی کوردستان کۆکراوەتەوە ، کەلەدهۆکەوە تاکو کەلار دەگرێتەوە(شێوەی ژمارە 1) . بۆ زیاتر ئاسانکردن و ناسینی گڵەکان هەرجۆرێك لەو گڵانە ژمارەیەکی دراوەتێ و بەم شێوەیە:

1- لە پێکهاتووی جێرکەس لەناوچەی دهۆك وەرگیراوە.

2- لە پێکهاتووی ئینجانا لەناوچەی کەلار وەرگیراوە

3- لە پێکهاتووی چینەسوورەکانی سوێس (بەشی خوارەوە) لەناوچەی چوارتا نزیك تەگەران وەرگیراوە.

4- لە پێکهاتووی تانجەرۆ لەناوچەی دوکان وەرگیراوە.

5- لە چینەسپییەکانی ناوچەی چوارتا – سیرەمێرگەوە وەرگیراوە.

6- لە پێکهاتووی سەرمۆرد لەناوچەی دەربەندی زێوێ (شاخی پیرەمەگروون) وەرگیراوە.

7- لە پێکهاتووی کوڵۆش لەناوچەی نزیك گوندی زرگوێز وەرگیراوە.

8- لە پێکهاتووی سەرمۆرد لەناوچەی دەربەندی زێوێ (شاخی پیرەمەگروون) وەرگیراوە.

9- لە پێکهاتووی فتحە(فارسی خوارەوە)لەناوچەی تەکیە(چەمچەماڵ) وەرگیراوە.

10- لە پێکهاتووی جێرکەس لەناوچەی مەیبەت سوڵتان(نزیك کۆیە) وەرگیراوە.

11– لە پێکهاتووی چینەسوورەکانی سوێس (بەشی ناوەڕاست) لەناوچەی مۆکەبە وەرگیراوە.

12– لە پێکهاتووی جێرکەس لەناوچەی شاخی بەرانان وەرگیراوە.

13– لە پێکهاتووی چینەسوورەکانی سوێسەوە(بەشی ناوەڕاست) لەناوچەی کەناروێ وەرگیراوە.

14– لە پێکهاتووی قولقولە لەناوچەی کەناروێ وەرگیراوە.

لەڕاستیدا لێرەدا ناکرێت لەسەر هەریەکێك لەو پێکهاتووە(Formation) کەڤرییانەی ناوچە جیاجیا کان بەدرێژی باس بکرێت، ئەوەی شایانی باسە مەرج نییە و هەرواشە لە سروشتدا، کە ئەو پێکهاتووانە تەنها لەگەڵ پێکهاتبن بەڵکو چینە لمییەکان و چینە کلسییەکانیش هەیە، بەڵام لەم تەوژینەوەیەدا تەنها سوود لەچینە گڵییەکان وەرگیراوە چونکە ئامانجی ئەم کارە هەڵسەنگاندن و دیاریکردنی ئەوگڵانەیە کەبەکەڵکی دروستکردنی خشت دێن لە کوردستاندا. ئەوەی دەیەوێت زیاتر پێکهاتەی ئەو پێکهاتووە کەڤرییانە بناسێت دەتوانێت بگەڕێتەوە بۆ سەرچاوەی سەرەکی باسەکە بەزمانی ئینگلیزی یان سەیری (Bellen et al., 1959 and Buday, 1980) (3& 2) بکات

ڕێبازی کارکردن:

هەریەکێك لەو نموونانەی کە کۆکراونەتەوە لەڕێگەی ئامێری تیشکی سینییەوە(XRD) جۆرو ڕێژەی بوونی پێکهاتەی خاویی دیاری کراوە. ئامێری (XRD) لە زانکۆی بەغداد و کۆمپانیای ڕووپێوی جیۆلۆجی عێراق و وڵاتی ئێران بەکارهاتووە بۆ شیتەڵکردنی کیمیاوی نموونەکان.

بۆ ئەنجامدانی تاقیکردنەوەکان 84 قاڵب بە قەبارەی 10 x 40 x 80 ملم داڕێژراوە، بێگومان پاش هاڕینی نموونەکان بۆ قەبارەی 0.18 ملم و بەهۆی کەپس کردنی نیمچەووشکەوە لەژێر پەستانی 78کیلۆنیوتن بۆ هەر مللیمەتر دووجایەك و بەبەکارهێنانی ڕێژەی شێ 20٪ دروستکراون. پاشان نموونەکان لەپلەگەرمییە جیاوازەکانی 850 م° و 950 م° و 1050 م° دا سوتێنراون(بەبەرزکردنەوەی 50م° لە یەك کاژێردا). پاشان ڕفتارە فیزیایی و میکانیکیەکانی ئەو قاڵبانە بەوردی وەرگیراوە وەك ڕفتارەکانی چوونەوەیەك و بوونی کون و مژینی ئاو و چڕی و توانای پەستان و بوونی خوێ شێوەی ژمارە 2 هەندێك لەو قاڵبانە پیشان ئەدات ، کە تاقیکردنەوەکانیان لەسەر ئەنجام دراوە.

شێوەی ژمارە 2: هەندێك لەو قاڵبانە ی کە لێکۆڵینەوەکەیان لەسەر ئەنجام دراوە.

ئەنجامەکان و هەڵسەنگاندن:

وەك لە ئەنجامی تاقیکردنەوەکانی تیشکی سینییەوە دەردەکەوێت (شێوەی ژمارە 3) زۆربەی گڵەکان لەخاوەکانی کالسایت و دۆلۆمایت و کوارتز و کلۆرایت و پالیگۆرسکایت و کائۆلینایت و سمێکتایت پێکهاتوون. خشتەی ژمارە 1 ڕێژەی سەدی بوونی خاوەکان لە نموونەکاندا پیشان دەدات پاش ئەژمارکردن لە هێڵکارییەکانی ئەنجامی ئامێری تیشکی سینییەوە

شێوەی ژمارە 3: نموونەیەك لەئەنجامی شیکردنەوە بە هۆی ئامێری تیشکی سینییەوە.

خشتەی ژمارە 1: ڕێژەی سەدی پێکهاتەی خاوی نموونەی گڵەکان پیشان دەدات.

خاوە قوڕییەکان					پێکهاتەی گشتی						
کلۆرایت	پالیگۆرسکایت	کاوۆلینایت	سمێکتایت	ئیلایت	هیماتایت	تالک	پلاجیۆکلێس	دۆلۆمایت	کالسایت	کوارتز	ژ. نموونە
4	3	-	4	70	-	-	-	-	9	10	1
3	-	5	4	70	-	-	-	-	3	15	2
9	-	-	59	-	1.25	-	-	27	-	3.3	3
39	-	5	-	15	-	-	-	-	35	6	4
3.9	-	1	18	5	-	-	-	-	71	5	5
37	-	3	-	17	-	-	-	-	38	5	6
33	-	4	7	19	-	-	-	-	32	5	7
-	-	2	23	4	-	-	-	-	65	6	8
6	-	2	3	65	-	-	-	-	4	20	9
5	-	-	-	67	3	-	-	5	6	14	10
26.3	-	-	49.3	-	2	10.3	-	-	-	12.1	11
8	3	-	4	61	2	-	-	3	8	11	12
35.6	-	-	-	44.5	-	-	0.9	-	-	19	13
-	-	-	38	5	6	-	-	-	6	45	14

ئەنجامی تاقیکردنەوەی میکانیکی (خشتەی ژمارە 2) پیشنای دەدات کە کە قەبارەی دەنکۆڵەی گڵەکان چۆن پێکهاتوون کە لەڕێگەی بەکارهێنانی هایدرۆمیتەرەوە ئەژمارگراوە.هەروەها خشتەی ژمارە 3 ئەنجامەکانی ڕفتارەکانی پلاستیستی و هاوکۆلکەی ڕیکی پیشان دەدات.

خشتەی ژمارە 3: ئەنجامی ڕفتارەکانی پلاستیستی و هاوکۆلکەی ڕیکی پیشان دەدات.

ژ.نموونە	هاوکۆلکەی پلاستیستی	هاوکۆلکەی ڕیکی
1	10.8	10
2	17.72	28.57
3	14.17	9.52
4	7.81	11.18
5	12	15
6	7.465	10.5
7	25.33	10
8	9.85	13.4
9	8.56	5.2
10	16.75	7.34
11	15.24	13.67
12	12.04	5.36
13	6.33	6.1
14	5	6

خشتەی ژمارە 2: ڕێژەی سەدی قەبارەی دەنکۆڵەکان (مایکرۆن).

ژ.نموونە	<2 µm%	2-20 µm%	>20 µm %
1	60	25	15
2	30	50	20
3	28	60	12
4	35	55	10
5	52	43	5
6	62	34	4
7	32	48	20
8	70	20	10
9	49	33	18
10	42	36	22
11	46	33	21
12	54	40	6
13	37	58	5
14	15	78	7

هەرچی خشتەکانی 4 و 5 و 6 و 7 و 8 ڕەفتارە سەرەکییەکانی وەك چوونەوەیەك و بوونی کون و مژینی ئاو و چڕی و توانای پەستان پیشان دەدات یەك لەدووای یەك. بێگومان هەر یەکێك لەم ڕەفتارانە لەگەڵ پلەی گەرمی سووتاندنی قاڵبەکاندا پەیوەندی هەیەو دەتوانرێت ئەنجامی خشتەکانی 4 و 5و 6 و 7 و 8 بەشێوەی هێڵکاری پیشان بدرێت، پێم وایە لێرەدا پێویست بە دابەزینی هێڵکارییەکان ناکات بۆ ئەوەی خوێنەر سەری لێنەشێوێت (بۆ سەیرکردنی هێڵکارییەکان تکایە بگەڕێرەوە بۆ کۆپی توێژینەوەکە بە زمانی ئینگلیزی).

خشتەی ژمارە 4. ئەنجامەکانی ڕەفتاری ڕێژەی سەدی چوونەوەیەك، بۆ قاڵبەکانی کە لە پلەی گەرمای 850 م° و 950 م° و 1050 م° سووتێنراون.

ژ.نموونە	ڕێژەی سەدی چوونەوەیەك			ژ.نموونە	ڕێژەی سەدی چوونەوەیەك		
	850 °C	950 °C	1050 °C		850 °C	950 °C	1050 °C
1	2.92	4.65	17.36	8	0.39	-	-
2	2.12	4.32	7.82	9	1.54	1.55	*
3	4.1	4.50	5.12	10	2.12	2.50	2.80
4	1.89	1.62	17.17	11	0.86	1.80	1.63
5	1.84	0.88	-	12	1.64	2.00	7.33
6	3.19	3.25	4.00	13	10.50	9.7	8.75
7	8.51	7.90	9.00	14	1.37	0.35	*

تێبینی: – قاڵبی شکاو ، * قاڵبی تواوە

خشتەی ژمارە 5: ئەنجامەکانی ڕەفتاری ڕێژەی سەدی بوونی کون، بۆ قاڵبەکانی کە لە پلەی گەرمای 850 م° و 950 م° و 1050 م° سووتێنراون

ژ.نموونە	ڕێژەی سەدی بوونی کون			ژ.نموونە	ڕێژەی سەدی بوونی کون		
	850 °C	950 °C	1050 °C		850 °C	950 °C	1050 °C
1	**38.50**	**42.80**	**36.30**	8	**45.31**	-	-
2	**50.90**	**40.10**	**35.40**	9	**27.11**	**27.27**	*
3	**36.17**	**35.92**	**30.91**	10	**30.90**	**34.50**	**37.50**
4	**42.62**	**50.90**	**13.00**	11	**33.33**	**31.25**	**30.00**
5	**40.90**	**37.12**	-	12	**42.11**	**47.36**	**36.36**
6	**36.36**	**34.54**	**33.33**	13	**27.20**	**37.00**	**36.95**
7	**33.33**	**47.68**	**46.30**	14	**27.86**	**38.59**	*

تێبینی: – قاڵبی شکاو ، * قاڵبی تواوە.

خشتەی ژمارە 6: ئەنجامەکانی ڕەفتاری ڕێژەی سەدی مژینی ئاو، بۆ قاڵبەکانی کە لە پلەی گەرمای 850 م° و 950 م° و 1050 م° سووتێنراون.

ژ.نموونە	ڕێژەی سەدی مژینی ئاو			ژ.نموونە	ڕێژەی سەدی مژینی ئاو		
	850 °C	950 °C	1050 °C		850 °C	950 °C	1050 °C
1	**49.00**	**54.00**	**33.30**	8	**58.00**	-	-
2	**59.50**	**40.30**	**32.70**	9	**21.33**	**20.00**	*
3	**34.00**	**31.00**	**30.10**	10	**25.00**	**28.50**	**30.00**
4	**40.00**	**52.00**	**6.55**	11	**28.57**	**28.57**	**26.00**
5	**40.90**	**35.40**	-	12	**42.11**	**46.15**	**20.51**
6	**33.33**	**33.92**	**25.00**	13	**29.50**	**28.70**	**28.33**
7	**25.00**	**45.60**	**48.30**	14	**24.28**	**33.84**	*

تێبینی: – قاڵبی شکاو ، * قاڵبی تواوە.

خشتەی ژمارە 7: ئەنجامەکانی ڕەفتاری چڕی ، بۆ قاڵبەکانی کە لە پلەی گەرمای 850 م° و 950 م° و 1050 م° سووتێنراون.

ژ.نموونە	چڕی(gm/cm^3)			ژ.نموونە	چڕی(gm/cm^3)		
	850 °C	950 °C	1050 °C		850 °C	950 °C	1050 °C
1	**1.02**	**1.05**	**1.09**	8	**1.23**	-	-
2	**1.59**	**1.60**	**1.66**	9	**1.27**	**1.36**	*
3	**1.06**	**1.10**	**1.19**	10	**1.80**	**1.42**	**1.25**
4	**1.07**	**1.03**	**1.57**	11	**1.17**	**1.29**	**1.32**
5	**1.41**	**1.53**	-	12	**1.00**	**1.03**	**1.77**
6	**1.10**	**1.02**	**1.33**	13	**1.10**	**1.25**	**1.30**
7	**1.03**	**1.00**	**1.04**	14	**1.15**	**1.14**	*

تێبینی: – قاڵبی شکاو ، * قاڵبی تواوە.

خشتەی ژمارە 8 : ئەنجامەکانی ڕەفتاری توانای پەستان ، بۆ قاڵبەکانی کە لە پلەی گەرمای 850 م° و 950 م° و 1050 م° سووتێنراون.

ژ.نموونە	توانای پەستان (N/mm^2)			ژ.نموونە	توانای پەستان (N/mm^2)		
	850 °C	950 °C	1050 °C		850 °C	950 °C	1050 °C
1	7.33	3.91	20.97	8	5.44	-	-
2	3.67	14.2	13.14	9	38.29	76.30	*
3	3.26	8.92	15.87	10	0.05	10.70	16.23
4	8.68	13.12	112.08	11	4.98	24.54	26.66
5	20.43	9.82	-	12	12.80	33.78	57.14
6	26.66	34.18	55.55	13	15.12	20.94	57.14
7	22.72	23.67	13.26	14	33.31	38.27	*

تێبینی: - قاڵبی شکاو ، * قاڵبی تواوە

لەم ئیشەوە دەرکەوت کە نموونە گڵەکانی ژمارە 2 و 4 و 7 و 10 و 13 دەتوانرێت بەکاربهێنرێت بۆ دروستکردنی خشتی کوندار و نموونە گڵەکانی ژمارە 5 و 9 و 11 و 12 گونجاون بۆ دروستکردنی جۆری خشتی سەقف و نموونەکانی ژمارە 3 و 14 بۆ دروستکردنی خشت بۆ دیواری تەنك دەتوانرێت بەکاربهێنرێت. هەروەها توێژینەوەکە دەریخستووە کەلەڕووی پلاستیستییەوە نموونەی 7 نرخەکەی زۆربەرزە و نموونەکانی تر پلاستیستیان مام ناوەندییە. هەروەها نرخەکانی هارکوڵکەی ڕیکی (خشتەی ژمارە 4) دەریدەخات کەنموونەکانی 3 و 9 و 10 و 12 و 13 و 14 زۆر گونجاون بۆ پیشەسازی سیرامیکی ، بۆیە باشتر وایە ئەم نموونانە زیاتر و بەوردی لێکۆڵینەوەیان لەسەربکرێت. تاقیکردنەوەی بوونی خوێ لە نموونەکاندا دەریدەخات کە هەندێکیان زۆر بەکەمی و هەندێکی تریان ڕێژەی بەرزی خوێیان تیادایە. لێکۆڵینەوەکە بەگشتی دەریخستووە کە پلەی گەرمی گونجاو بۆدروستکردنی خشت بریتییە لە 950 م° و نموونەکانی 9 و 10 و 11 و 13 کە دەگەڕێتەوە بۆ پێکهاتووەکانی فەتحەو چینە سوورەکانی سوێس و جێرکەس زۆر گونجاون بۆ دروستکردنی خشت بە پێی ڕەفتارەکانی ستانەری جیهانی. خۆشبەختانە ئەم پێکهاتووانە لەکوردستاندا بەبڕێکی زۆر و گونجاو هەن و دەتوانرێت سوودی لێوەربگیرێت بۆ گەشەپێدانی بواری دروستکردنی خشت لە وڵاتدا. زیاتریش لەمە دەتوانرێت گڵی خۆماڵی بۆ دروستکردنی خشتی سیرامیکیش بەکاربهێنرێت، لە ژمارەی داهاتوودا باسێك لەو بارەیەوە لەلایەن نووسەری یەکەمی ئەم بابەتەوە دەخوێنیتەوە.

سەرچاوەکان:

1-Merza, T.A., and Mohyaldin, I.M.J., 2005, Manufacture of brick tiles from local raw materials, N&NE Iraq, Journal of Zankoy Sulaimani(in press).
2-Buday, T., 1980, The regional geology of Iraq, Stratigraphy and Paleogeography, edited by Kassab, I.I. and Jassim, S.D., DarAl-Kutub Pub.House, University of Mousl, 445p.
3-Bellen, R.C., Dunnigton,H.V., Wetzel,R. and Morton, D.M., 1959, Lexique Stratigraphique International, V.III, Asie.Fasc.10a, Iraq, Paris, 333p.

بەرنامەی چاودێری دایکی سکپڕ

ئەڵقەی دووەم

سەرپەرشتی کردنی بەرنامەکەو ئامادەکردنی
بێگەرد عوسمان محەمەد
بەرپرسیاری زانکۆیی و ڕاهێنەری سروشتی
لە مەڵبەندی ڕاهێنانی منداڵان

- وەرزشەکانی ناوچەی سك:

ئامانجی ڕاهێنانەوەو وەرزشکردنی ماسولکەکانی سك بریتی‌یە لە :

1. بەهێزکردنی ماسولکەکانی سك بەهێزکردنی توانای پاڵنانێتی بەکۆرپەکەوە بەئاسانی بۆ دەرەوەی منداڵان.
2. کەمکردنەوەی ڕودانی جیابونەوەی‌باندی ماسولکەکانی سك، وەچارەسەرکردنی لەدوای منداڵبون.
3. بەهێزکردنی ماسولکەی سك یەکێکە لەڕێگاچارەکانی پشتئێشەو چەندکێشەیەکی تەندروستی تر لەوانە (فتقی ناوك).
4. وەرزش ئیلاستکێتی‌و پتەوی ماسولکەکانی سك دەپارێزێت، باشتر پشتیوانی لەپێکهاتەکانی ناوپۆشی سك دەکات، بەرگەی کشان زیاتردەگرێت، وەلەدوای منداڵبونەکەش زوتر دەچێتەوە شوێنی خۆی
5. یارمەتیدەرە بۆ کەم کردنەوەی گازەکان وبەرونەدانی قەبزیەت (گرفت). چونکە ئەمە بارێکی ئاسایی‌یەو کێشەی زۆربەی دایکانە لەبەر تەمەڵی ڕیخۆڵەکان وکەمی جوڵە.

کلیلی سەرکەوتن:...... دایکی ئازیز ئەگەر دەتەوێت سەرکەوتوانە قۆناغی سکپڕبون و منداڵبونەکەت بەئەنجام بگەێنیت و پاداشتەکەت گرتنە باوەشی کۆرپەیەکی لەش ساغ وسەلامەت بێت. باشترە زوتر دەست بکەیت بەوەرزشکردن وزۆرتر دووبارەیان بکەیتەوە

- **وەرزشەکانی ناوچەی سمت(حەوز) :**

ناوچەی سمت مەبەست لەوکۆمەڵە ماسولکەیەیە کە بنکی حەوزیان چنیوە یان دروستکردوە واتە (ئەو رەفەیەی کە هەڵگری قورسایی کۆرپەکەو منداڵانە) هاوکات ماسولکەکانی دەوروبەری هەرسێ دەرچەی(میزەڕۆ، زاوزێ، کۆم) دەگرێتەوە
ئەم ماسولکانە دەبێت بەتایبەتی وەرزشیان پێبکرێت چونکە هیچ جموجۆڵێکی رۆژانە نابێتە هۆی بەکارهێنانی ئەم ماسولکانە. لەبەرئەوە راهێنانەوەیان زۆرگرنگە بۆ دایکەکە، بگرە باشترین رێگاچارەی کێشەکانی ئەم ناوچەیە وەرزشکردنە.

شێوەی وەرزشکردن:

بریتی‌یە لەتوندکردن وخاوکردنەوەیەی ماسولکەکانی بەشێوەیەکی هاوتاوچونیەك واتە دایك دەتوانێت خۆی توندبکات بۆ10 چرکە پاشان خۆی خاوبکاتەوە بۆ 10 چرکەی‌تر، ئەم وەرزشە 10جار دوبارەدەکاتەوە لەهەرژەمێکدا. هەروەها دەتوانرێت جێبەجێبکرێت لەهەموو بارێکدا، واتە لە کاتی وەستان، پاڵکەوتن، رۆیشتن، چیچکان، یان دانیشتن.

کەلێك باشتردەبێت ئەگەردایك بتوانێت لەرۆژەکەدا 200جار دوبارەی بکاتەوە

ئامانجەکانی وەرزش پێکردنی ماسولکەکانی ناوچەی حەوز:

1. هەموو گرژبونو خاوبونەوەیەکی رێك وپێك لەماسولکەدا دەبێتەهۆی زیاد کردنی توانای ئەو ماسولکەیە لەڕوی بەرگەگرتنی‌یەوە بۆ جێبەجێکردنی فرمانەکانی. لەبەرئەوە توانای بەرگەگرتنی ئەم ماسولکانەش بەوەرزش پێکردنیان زیاد دەکات و باشتر دەتوانن هەڵگری کۆرپەلەکە بن هەرچەند کێشەکەی زیاد بکات.
2. وەرزشکردن چۆن توانای گرژبونی ماسولکەی پێ زیاد دەبێت ئاواش توانای کشانی پێباشتر دەبێت. واتە لاستیکێتی ماسولکەکە زیاد دەکات. ئەمەش یارمەتیدەرە بۆ کاتی بونی کۆرپەکەو بەئاسانی هاتنە دەرەوەی لەلەشی‌دایکەکەوە.
3. سوڕی خوێن زیاد دەکات. وەدەبێتەهۆی پارێزگاری کردنی لەشی دایکەکە لەڕودانەی ئاسوری دەرچەی زاوزێ یان خوێن وەستان لەوناوچەیەدا هەروەها یارمەتیدەرێکی بەهێزە بۆ زووتر چاکبونەوەی برینی ئەوناوچەیە لەدوای منداڵبون، ئەگەر دایکەکە ئازایانە دوای منداڵبونەکەی دەستبکات بەوەرزشەکانی ناوچەی حەوز
4. دەبێتە هۆی کەم کردنەوەی گرفت و غازات.
5. کۆنترۆڵی دەرچەی میزەڕۆ بەهێزتر دەکات وکێشەی میز ڕانەگرتن ئەگەر هەشبێت چارەسەری دەکات.
6. ژیانی ژن ومێردایەتی خۆشتر دەکات
7. سودمەندێتی ئەم وەرزشە ڕاستەوخۆی بەماوەیەکی کەم دەرناکەوێت بەتایبەت ئەگەرئەو دایکەپێشتر منالی تری بووبێت بێ‌ئەوەی ئەم وەرزشەی کردبێت.واتە ماوەیەکی‌پێویستە تاهەست بەکارگەرێتی دەکرێت.

لەبەر ئەوە(دایکی بەڕێز) تۆ هێندەت لەسەرە

تادەتوانینت زووتر بەشداری ئەم خولانە بکە

بۆئەوەی خۆت بپارێزیت لەوهەموو کێشانەی کەباسمانکرد

- ئەم وێنانەی لای‌خوارەوە بریتی‌یە لەو بارو شێوازە جیاوازانەی
که دایکی سکپڕ دەتوانێت بەکاریان بهێنێت بۆکەمکردنەوەی ئازاری پشتی

هەرچەندە ئەمە وەستاوەتە سەر جۆری هۆکاری ئەو ئازارەی کە دایکەکە لەکاتی سکپڕیدا هەستی پێدەکات، واتە مەرج نی‌یە هەموو کاتێك ئازاری پشت لەکاتی‌سکپڕیدا تەنها بەهۆی سکەکەوە بێت، لەوانەیە ئەو دایکە پیش سك کردنەکەش ئازاری پشتی هەبوبێت، بەڵام بەشێوەیەکی گشتی بەکارهێنانی ئەم بارانە دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی ئازاری پشت و هیچ زیانێك بەدایکەکەناگەیەنێت. باشتر وایە دایکەکە ئەگەر دوای منداڵبونەکەشی ئازاری پشتی هەر بەردەوام بوو سەردانی بەشی چارەسەری‌سروشتی بکات لەگەڵ پزیشکی تایبەت بە نەخۆشی‌یەکانی ژنان.

- ئەو وەرزشانەی بۆ ئازاری پشت باشن
- لارە جوڵەی حەوز:

وەرزشی لارەجوڵەی حەوز بریتییە لەجوڵەی ناوچەی کەمەروسمت جارێك بۆ پێشەوەو جارێکیتر بۆدواوە. بەپێی گونجان دەتوانرێت لەگەڵێك باری جیاوازدا بکرێت لەوانە: بەپێوە، لەسەر چوار پەل ، بەدانیشتنەوە

ئەم وەرزشە یارمەتیدەرە بۆ کەمکردنەوەی ئازاری پشت و بەهێزکردنی ماسولکەکانی سك وحەوزودلوێن، ئەمەجگەلەوەی کە جوڵەی جومگەی حەوزبەشێوەیەکی سروشتی دەپارێزێت.

- چۆن دایکی سکپڕ دەتوانێت خۆی بپارێزێت لە پشت ئێشە؟

وێنەکانی لای خوارەوە زۆر ڕوون وئاشکرایە بۆچوونیەتی بەکارهێنانی لەش بەپێی بارە جیاوازەکانی کەلەوانەیە ڕۆژانە دایکی سکپڕ دەیان وسەدان جار بیانکات. وەک لەوێنـەکاندا دیارە باشترین هەڵسوکەوت ئەوجۆرەیانە کەپشت تێیدا بەڕێکی ڕادەگیرێت وکەمتر دەنوشتێتەوە. وزیاتر هێز دەخرێتەسەر قاچەکان

ئەم وەرزشانەی لای خوارەوە بەکاردەهێنرێت بۆ بەهێزکردنی ماسولکەکانی پشت و سمت و تەنانەت حەوزیش بەپێی توانا دایکی سکپڕ دەتوانێت ڕۆژانە بیانکات.

- **چۆنیەتی بەکارهێنانی لەش بۆ هەڵگرتنی شتومەك:**

پێویستە دایکی سکپڕ بەتایبەتی لەکاتی هەڵگرتنەوەی هەرشتێك کێشی هەبێت یان نەیبێت لەسەر زەوی، پەیڕەوی ئەم ڕێنمایی‌یەی خوارەوە بکات.

1. باشترە بەڕێکی ڕووبەڕوی ئەو شتە بوەستێت و کەمێك قاچەکانی لەیەکتر دووربخاتەوە، ئینجا بچێتە سەر چیچکان وەك لەوێنەکەدا (باشە)ی لەسەردانراوە، ،پشتی بەریکوراستی بهێڵێتەوە. پاشان هێزی هەڵگرتنەکە بخاتە سەر قاچەکانی‌و جارێکی تر بەڕێکی هەستێتەوە سەر پێ.
2. بەهیچ جۆرێك باشنی‌یە لە هەڵگرتنەوەدا بەوشێوەیە بچەمێتەوە کەلەوێنەکەدا (خراپ)ی لەسەر نوسراوە یان بە پێوە قەد بسوڕێنێت بۆ تەنیشت وئینجا بچەمیتەوە بۆ هەڵگرتنەوەی چونکە خراپترین بارەبۆ پشت
3. پێویستە دایکی سکپڕ شتی زۆر قورس هەڵنەگرێت(تەنانەت هەندێ جار نابێت یەك کیلۆ شت هەڵبگرێت) یان نابێت تێن بداتە خۆی بۆ کردنی ئیشێك کە هێزی زۆری پێویست بێت لەوانە(پاڵنان، ڕاکێشان، هەڵگرتن.........)بەتایبەت لەقۆناغی سێ‌هەمی سکەکەدا.

بێگومان ئەو ڕێنمایی‌یەی سەرەوە زۆر بەسودە بۆ هەمووکەسێك ئەگەرییکات بەخوی ژیانی ڕۆژانەی، چەند ئاسانە ی‌بەجێ‌کردنەکەی هێندە مەزنە پاشەکەوتەکەی، بەدورنەبیت لەپاوێژی پزیشکو زەرەروزیانی دەرمان ولەدەستدانی چالاکیت

- وەرزش بۆ هەناسەدان(هەناسەدانی قوڵ):

1. هەناسەی قوڵ دەبێتە هۆی گەورەبونی سی‌یەکانو گازگۆڕکێ‌ی تەواو.
2. سوڕی خوێن چالاك دەکات.
3. هەناسەدانی قوڵ وهێواش وڕێك و هاوسەنگ یارمەتیدەرە بۆ خاوکردنەوەی ماسولکەکانی سك و سنگ و بەشەکانی تریش.
4. هەناسەدانی قوڵ و لەسەرخۆ ئارامی‌و ئاسودەبون دروست دەکات، ئەگەر بکرێت لە کاتی ژانەکان و پشوی‌نێوەندی ژانەکان. بەمەش کشان لەماسولکەکانی دەرچەی زاوزێ دروست دەبێت و هاتنی کۆرپەکە ئاسان دەکات.
5. هەناسەدانی قوڵ لەدوای منداڵبونەکەش پاکژکەرەوەیەکی فزیۆلۆجی‌یە بۆ لەش،
6. گرژکردنی ماسولکەکانی سك لەگەڵ هەناسەداندا دەبێتە وەرزشێکی تر بۆ بەهێزکردنی‌ماسولکەی سك وسنگ.
7. ئەگەر دایکەکە ناچار بورلەجێگادا زۆر بمێنێتەوە، ئەوا پێویستە چەندجارێك لەسەری هەموو کاژێرەکاندا ئەم وەرزشە دوبارە بکاتەوە واتە هەناسەدانی قوڵ. بەڵام لە پێنج جار کەمترو زیاترنەبێت.

شێوەی کردنی وەرزشەکە:

دایك لەسەر پشت پاڵدەکەوێت، ئاچەکانی نوشتابێتەوە یان درێژی کردبێت گرنگ نی‌یە. گرنگ ئەوەیە هەست بەپشوی تەواوبکات، پاشان هەناسە وەردەگرێت لەڕێگای لوتەوە، بەجۆرێك کەسك وسنگ تەواو بەرز دەبێتەوەوسیەکانی پڕدەبێت لەهەوا، پاشکەمێك وەستان لەسەر خۆ هەناسەکەی دەداتەوە لەڕێگای دەمەوە بەڵام زۆرکراوەنەبێت واتە کەمێك لێوەکان لەیەکتر جیاکرابێتەوە. ئەم وەرزشە پێشی دەوترێت (سکە هەناسە)چونکە سك بەکاردەهێنرێت. پێویستە دایك ئەوەش بزانێت لەهەر ژەمێکی وەرزشکردندا نابێت لە5 بۆ 6جار هەناسەی قوڵ زیاتر بێت، چونکە ئەگەر زیاتر بێت لەوانەیە ئەو دایکە لەهۆش خۆی‌بچێت.

وەرزشە ئاسان وخۆشەکان:

ئەگەر دایك نەیتوانی بەشداری ئەم خولانە بکات یان نەیتوانی ئەو وەرزشانە بکات کەلەبەرنامەی خولەکەدا هاتوە (بەهەر هۆیەك بێت) ئەوا دەتوانێت ئەم وەرزشە ئاسان و ئاساییانەی تر بکات، وەك ڕۆیشتن، مەلەکردن، پاسکیل لێخوڕین، باشترین وخۆشترین جۆری وەرزشە بۆ چالاك کردنی لەشی دایکیسکپڕ. جێگری زۆربەی وەرزشەکانی دی دەگرێتەوە، ئەگەر لەمەوای کراوەو بەرتیشکی خۆردا جێبەجێبکرێت. ئەم چالاکیانە دەبنە هۆی:

1. بەهێزکردنی ماسولکەکان بەگشتی.
2. دروستبون وزیادکردنی تواناو بەرگەگرتنی دایکەکە بۆسالی منالبونەکەی.
3. زیادکردنی سوڕی خوێن.
4. چارەسەربوونی گرفت و گازەکان ئەگەر هەبێت.
5. باشترکردنی ئیشی دڵ وسیەکان
6. زیادبونی توانای لەش بۆ بەکارهێنانی ئەرکی زیاتر.

ئەگەر لایەنی فیزیکی خۆت باش بکەیت
لەرێگای‌کردنی ئەم وەرزشانەوە
ئەوا زۆر ئاسایی بەرگەی منالبون دەگریت
ئەگەرچی قورسوگرانیش بێت.

- **ڕاهێنانەوە لەسەر پشودان و خاوکردنەوەی لەش :**

کردارە فەسلەجی‌یەکانی لەش هەموویان پابەندن بەیەکتری‌یەوە، بەشێوەی بازنەیەکی لێك نەپچڕاو کاریگەریان هەیە بۆ سەر یەکتری، بۆ نمونە چەند دایکەکە بتوانێت لەشی خاوبکاتەوەو پشوبدات بەماسولکەکانی هێندە مێشك وبیریش پشو وەردەگرێت. وەبەپێچەوانەشەوە واتە لەبەرئەوەی مێشك بالادەسترین بەشە بەسەر هەموو ئەندامەکانی ترەوە ئەگەر هەستی بەئارامی کرد ئەوا کاردانەوەی دەبێت بۆ سەر هەموویەشەکانی تر لەوانە ماسولکەکانیش دەگرێتەوەو دەچنە بارێکی‌خامۆشی‌و خاوبونەوە.

خاوکردنەوەو پشودانی لەش واتە ماسولکەکانی لەش بەگشتی دەبێت بچنەباری پشودان وخاوبونەوە. ئەمەش دەتوانرێت لەش پڕی بکات بەهۆی ڕاهێنانەوە. چونکە تەنانەت هەندێجار لەش لەکاتی خەرتندا ناگاتە خاوبونەوەو پشوی تەواو.

بەلام ڕاهێنانەوەی ڕۆژانە لەسەر کرداری خۆخاوکردنەوەو پشودان، یارمەتیدەرێکی ئەفسوناوی‌یە بۆ کاتی مندالبونەکەو دەبێتەهۆی کشانی ماسولکەکانی لەش بەگشتی‌و بەتایبەتی ڕێچکەی هاتنەدەرەوەی کۆرپەکە، ئاسایی بونی هەناسەدان، کەم بونەوەی ئازار، کەمتر هیلاك بونی دایکەکە. کاردانەوەی ئەم خاوبونەوە بۆ سەر مێشکی دایکەکە جارێکی تر ئارامی‌و ئاسودەبون لای دایکەکەدروست دەکات. ڕۆژانە دایك دەتوانێت دووتا سی‌جار ئەمە دوبارە بکاتەوە. ئەم وێنانەی لای‌خوارەوە نمونەن بۆ چۆنیەتی باری لەش لەکاتی ڕاهێنانەوە لەسەر خاوبونەوەو پشودان، بەپێی بۆ گونجانی کات وشوێنی دایکەکە.

شێوەی کردنی:

پێویستە دایك بەشێوەیەك پالبکەوێت کەتێیدا هەست بەپشوی تەواو بکات، بۆ ئەوەی ماسولکەوجومگەکانی بچنە بارێکی هاوسەنگی‌یەوەو کەمێك نوشتاوەبن وپەلەکان بلاوکرابێتەوە. پاشان خەیالو بیرو هۆشت بەرەوئەو شتانە بەرەکەمایەی دلخۆشیتن، بۆ نمونە: هاتنی ئەو میوانە نوێیەو ئاهەنگی لەدایکبونی...... گەلێك شتی‌تر تەنانەت دایك دەتوانێت لەکاتی گەرمەی ژانەکانیدا هەمان شێوە بەکاربهێنێت بۆ کەم کردنەوەی ئازاری ژانەکانی.

بۆچونێکی زانستیانەی سەلمێندراو هەیە سەبارەت بەچۆنیەتی کەمکردنەوەی ئازارلەلەشدا بەژانی مندالبونیشەوە. ئەگەر توانیت کۆنترۆلی مێشك ولەشی خۆت بکەیت ونەترسیت، وەزۆر ئاسایی بیرلە ئازارەکەت بکەیتەوە، ئەوا ڕێژەی تینی ئازارو ژانەکان کەم دەبێتەوەو خێراتر مندالبونەکەت ڕودەدات. بەلام ئەگەر کۆنترۆلی لەشی دایکەکە کەوتە ژێر بەزەیی ئازارو ژانەکانەوە ئەوا گەلێك بەزەحمەت ونارەحەت ماوەی مندالبونەکەت تێدەپەڕێنی.

- چەند ڕێنماییەك سەبارەت بەوەرزشکردن بۆ دایکی سکپڕ:

1. جموجۆڵی بەهێزی وەك بازدان ، هەڵبەزو دابەزین ، تاودانەخۆ لەمەرکارێکدابێت. نابێت بکرێت.
2. کاتەکانی وەرزشکردن هاوڕێك وهاوسەنگ بێت. واتە ئەگەر توانرا ڕۆژانە یەکجاربکرێت یان ئەگەر ماوە نەبو هەفتەی 4بۆ5جار بکرێت. نەك لەپڕجارێك زۆرو جارێك کەمتر.
3. پێویستە دایك زۆرلەسەرخۆو هێواش وەرزشەکانی بکات، نەك لەپڕو خێرا بۆئەوەی زوو تەواوبێت پاشان لەتواوبونیشیدا هەر بەهێواشی کۆتایی بەوەرزشەکانی دەهێنێت.
4. نابێت لەکەشێکی گەرم، یان شێداروپڕلەهەڵم، وەرزشەکانی بکات.
5. نابێت وەرزشی زۆرقورسوگران بکات. ئەگەرتوانی بیکات نابێت لەماوەی 15چرکە تێپەڕبکات. وەنەگاتەئەوەی لێدانیدڵی دایکەکە لە140 ترپە لەچرکەیەکدا تێپەر بکات.
6. پێویستە ئاو بخورێتەوە لەدەستپێکردن وکۆتایی وەرزشەکاندا. وەنابێت لەسەر برسێتیو هیلاکی زۆر وەرزش بکرێت. پێویستە لەشی دایکەکە هێندە وزە وتینی تێدا بێت، وەرزش کردنی بەلاوە ئاسایی بێت. چونکە هەموو جموجۆڵێك وزەی پێویستە.
7. پێویستە دایك خۆی ئەوە بزانێت تا چەند دەتوانێت توانای کردنی وەرزشەکانی هەیە ناکرێت وەرزشەکان بکرێتە پێشبڕکێی نێوان دایکەکان چونکە ئەمە مەبەستی سەرەکی خولەکە نیە. هەندێکجار دەتوانرێت وەرزشەکان بەپێی توانای دایکەکە بگونجێنرێت، بەلام بەمەرجێك کارنەکاتە سەر ئامانجامەکەی.
8. ئەو دایکانەی کە بەهیچ جۆرێك لە ژیانیاندا وەرزشیان نەکردووە جوڵەیان کەمە پێویستە سەرەتا لە جموجۆڵ و چالاکییەکی کەمەوە دەست پێبکەن. لەوانە ڕۆیشتن، مەلە کردن، پاسکیل لێخوڕین (پاسکیلی چەسپاو یان وەستاو) ئەگەر توانرا پاشان دەتوانرێ لە جموجۆڵی وەرزشیان زیاد بکرێ بە پێی شێوازی ژیانیان.

- **قۆناغەکانی منداڵبون :**

منداڵبون ڕوداوێکی فسیۆلۆجی سروشتییە، لەبەرئەوە زۆر ئاساییە ئەگەر ڕووبدات بەبێ یارمەتی (هەرچەندە ڕوشیدلوە) بەڵام دورنییە ئەم بارە سروشتییە نەبێتە هۆی دروستکردنی گەورەترین کێشەی تەندروستی بۆ دایکەکە. ئەگەر یارمەتی پێویستی لەگەڵدا نەبێت یان یارمەتیەکان لە کەسانێکی کەم ئەزموون و نەشارەزاوە بێت، مەبەستمانە بڵێین یارمەتی لەو کاتەدا زۆر پێویستە هەر وەك چۆن سەیارە لەکاتی بەفرباریندا زنجیر دەبەستێت لەویلەکانی بۆ ئەوەی بتوانێت بەئاسانی وخێرا بەفرەکە ببڕێت، بەهەمان شێوە دایکی سکپڕیش پێویستی بەیارمەتی دەبێت بۆ ئەوەی بتوانێت بەئاسانی و بەبێکێشەئەم قۆناغە ببڕێت.

- **نیشانەکانی منداڵبون:**

1. سەرئاوتەقین:

ئەمەش بریتییە لەکیسەیەك ئاوی بچوك لەسەردەمی منداڵان، بۆ پارێزگاریکردنی سکۆرپەکە لەچونەژورەوەی بەکتریاونەخۆشی. ئەم کیسە ئاوە دەتەقێت لەژێرفشاری گرژبونی منداڵاندا وەك نیشانەیەك بۆ دەستپێکردنی منداڵبون. هەندێکجار ئاساییە ئەگەر دەزولەی خوێنی لەگەڵدا بێت، دوای تەقینی ئەم کیسە ئاوە پێویستە دایکەکە بەزوترین کات بچێتە نەخۆشخانە.

2. تەقینی پەردەی دەوری کۆرپەکە:

تەقینی سەرئاو دایك هەستی پێدەکات چونکە کتوپڕ ڕودەدات، بەڵام تەقینی پەردەی دەوری کۆرپەکە دایك کەمتر هەستی پێدەکات. چونکە لەوکاتەدا دایك هەست بەتەڕبونی خۆی دەکات بەڵام تەڕبونەکە بەکەمیو بەردەوام دەبێت. وە لەوانەیە وابزانێت کە ئەوتەڕبونە میزەو بەهۆی فشاری منداڵانو ژانەکانەوە ڕودەدات. بێگومان ئەمەش نیشانەی نزیکبونەوەی منالبونەکەیە. لەبەر ئەوە پێویستە دایکەکە بەزوترین کات خۆی بگەیێنێتە نەخۆشخانە. ئەگەر خۆی دوابخات یان پێنەزانی کاردەکاتە سەر تەندروستی کۆرپەکەو سەرئەنجامی باشنابێت.

دەستپێکردنی ژانەکان:

بێگومان منداڵبون ڕاستەوخۆ واتە ژان لێهاتن، بەڵام هەندێجار یەکێك لەونیشانانە پێش دەکەوێت کەلەسەرەوە باسمان کردون. پێویستە ژانیش ڕێك پێك ودوابەدوای یەکترین بەماوەی جیاواز بەردەوام بێت، هەروەها لەپشتەوە (سیبەندەوە) دەستپێبکات ولەبەر موسەڵاندا کۆتایی بێت. چونکە ئەگەر بەپێچەوانەوە بوو ئەوەژانی ڕاستەقینەی منداڵبون نییە.

- چەند ڕێنماییەك بۆ کاتی منداڵبون :

ئەم خاڵانەی لای خوارەوە بریتین لەکۆمەڵێك زانیاری بەسود بۆ ئامادەکردنی دایکان کاتی منالبونەکەی. لەوانە:

1. پێویستە دایکەکە پێش چونە سەرجێگای منداڵبون خۆی خاڵی بکاتەوە واتە(میزو پیسایی) پێ نەمابێت.
2. نابێت زۆری برسی بێت بەجۆرێك نەتوانێت هێز پاڵنانی هەبێت هەروەها نابێت هێندە زۆریشی خواردبێت کە ببێتە کێشەی ترسناك ئەگەر دایکەکە پێویستی بەنەشتەرگەری هەبوو
3. هەناسەدان کردارێکی زۆر گرنگە بۆ ئاسانکردنی منداڵبونەکەت . لەبەرئەوە پێویستە لەکاتی ژانەکاندا هەناسە ڕانەگیرێت یاخود دەم تونددانەخرێت بۆ ئەوەی پاڵ بەکۆرپەکەوە بنرێت، بەڵکو بەپێچەوانەوە دەبێت لەکاتی ژانەکاندا دەم کەمێك کراوەبێت ودایکەکە ئاسایی هەناسەیخۆی بدات، وە لەنێوەندی ژانەکاندا هەناسەی قوڵ هەڵمژێو پشوی تەواو بەخۆی بدات بۆ ئەوەی ئامادەی ژانی داهاتوو بێت.
4. هەوڵبدە ئاسایی بیت، خاوەنی مێشکیخۆت بیت ونەترسیت، چونکە پێچەوانەی هەموو ئەمانە دەبنەهۆی دواکەوتنی منالبونەکەت. (چەند زیاتر بترسیت هێندە ژانەکانت توندتر دەبن ومنداڵبونەکەت گرانترو باری تەندروستی کۆرپەلەکەت خراپتر دەبێت) ئەگەر منداڵبورنەکەت بەکارێکی ئاسایی‌و سروشتی سەیربکەیت وژانەکات تەنها بەگرژبوونی دیواری منداڵان بیرلێبکەیتەوە، ئەوازۆر زوترو ئاسانتر کۆرپەکەت لەدایك دەبێت، یان باشتردەبێت ئەگەر بیرلەڕوداوە خۆشەکانی دوای منداڵبونەکەی بکاتەوە نەك هەموو سەرنجی بخاتە سەر ئەوکاتەی منداڵبونەکەی.
5. بونیکەسێکی نزیکو خۆشەویستی خۆت لەکاتی منداڵبونەکەتدا گەورەترین پاڵپشتی دەرونیت بۆدەرخسێنێت، ئەمە جگە لەوەی هەندێکجار پێویستت بەکەسێك دەبێت بۆ ئەوەی کەمێك مەساجت بۆ بکات .

6. خۆ خاوکردنەوە کردارێکە زۆرگرنگەو بەسودە بۆکاتی گەرمەی ژانەکان، واتە هەوڵبدە لەکاتی ئەو پشوە کەمەی نێوان ژانەکانتدا هەموو لەشت بەتەواوی خاوبکەیتەوە. چونکە یارمەتی کشانی ماسولکەکانی دەرچەی زاوزێ دەدات، ئازارو هیلاکیت کەم دەکاتەوە. ئەمانەش پێکەوە لەدایکبونی کۆرپەکەت ئاسانتر دەکات
7. گەرمی یان ساردی (بەپێی وەرزو بەپێی کەسەکە دەگۆڕدرێت) ئەتوانرێت بەکاردەهێنرێت بۆ سرینی دەموچاوی دایکەکە تاکو کەمێک پشوی پداتێ لەکاتی گەرمەی ژانەکانیدا
8. هەوڵبدە ئەوکاتانە تێن بدەیتەخۆت کەهەست دەکەیت پێویست دەکات پاڵ بنێت بەکۆرپەکەتەوە بۆ دەرەوە، نەک بەپێی هاندانی تیمی دەوروبەرت، چونکە دایکەکە خۆی لەشی خۆی دەناسێت وئەو لەهەمووکەس باشتر هەست بەرووداوەکانی لەشی خۆی دەکات.
9. ئەگەر دایکەکە پاڵکەوتنەکەی بەلارە باش بێت، ئەوا پێویست ناکات لەکاتی پاڵ نان بەکۆرپەکەیەوە خۆی خڕکاتەوە بۆ پێشەوەو ئینجا بگەڕێتەوە باری پاڵکەوتنەکەی چونکە ئەمە بڕشلە پشت ئێشە دروست دەکات.
10. لەنێوان ژانەکانتدا هەوڵبدە بەپێی گونجان پشو بدەیت بە قاچەکانت، واتە بیان جوڵێنە یان درێژیان بکە بۆ باشتر کردنی سوڕی خوێن. سرجی قاچ هەڵواسین بەکاردەهێنرێت بۆ ئاسانکاری پزیشکە، خۆ ئەگەر بۆیان بەکارهێنای، داوای گونجاندنی بکە بەپێی پاڵکەوتنەکەت.
11. نابێت بەهیچ شێوەیەک پاڵنانی دەرەکی هەبێت بۆ سەر سکی دایکەکە بەنیازی خێراکردنی لەدایکبونی کۆرپەکەی، چونکەلەڕاستیدا ئەمە گەورەترین کێشەی تەندروستی بۆ کۆرپەکەو دایکەکە دروست دەکات تۆ وەک دایکی کۆرپەکە بۆت هەیە بواری ئەو کەسانە نەدەی کەبەنیازن بەو شێوەیە یارمەتیت بدەن.
12. دەوروبەرکاریگەری زۆر بەهێزە لەسەر باری دەرونی دایکەکە. واتە ئەگەر لایەنی دەرونی پشتیوانیودڵسۆزی تێدا بێت بۆ دایکەکە ئەوا ئارامیو ئاسودەبون دەبەخشێت بەدایکەکەو کەمتر دەترسێت لەوەی کەچی چاوەڕوانی دەکات چونکە زۆربەی جار کە دایکەکە سەرەتا چۆتە ناو ژووری مناڵبونەوە ڕاستەوخۆ ژانەکانی نەماوە. خۆئەگەر دایکەکە لەکاتی ژانەکانیدا خۆی توندبکات ئەو توندبونە ناڕاستەوخۆ دەکاتەمناڵانو دەبێتەهۆی گرانی لەدایکبونەکە.ترس بەتەنها ژانەکان بەهێز ناکات بەڵکو هیلاکی، ڕشانەوە، لەرزین، دوڵی ناثارامی دروست دەکات.

منداڵبون دەکرێت بەسێ قۆناغەوە لەوانە :

قۆناغی یەکەمی مناڵ بوون :

ئەم قۆناغە ڕاستەوخۆ بە ژان دەست پێدەکات، ژانەکانیش زۆر هێواش و لەسەرخۆ لەکەمەوە بەرەو زۆرتروبەهێزتر دەڕوات لەڕاستیدا ژان بریتیە لە گرژبونێکی هاوڕێك ودوابەدوای یەکی ماسولکەکانی دیواری منداڵن لەماوەی جیاوازدا. بەم شێوەیە فشار دەخاتە سەر کۆرپەکە و لەوێشەو بۆ سەردەمی منداڵن تاکو دەست بە کردنەوەی کشان بکات.

ژانی ڕاستەقینەی مناڵ بوون لە پشتەوە (سینەبەندەوە) دەست پێدەکات و لەبەرموسەڵاندا کۆتایی دێت. سەرەتا نێوەندی ژانەکان چەند کاژێرێك دەخایەنێت، بەڵام لەگەڵ تێپەڕ بوونی کاتدا ماوەی نێوان ژانەکان کەم دەبێتەوە بە جۆرێك سەری هەموو چرکەیەك و ژانێك دەست پێدەکات (ئەمە لە قۆناغی دووەمی مناڵبوندا) دەبێت.

ماوەی قۆناغی یەکەم هەرچەندە زۆر درێژەو بەژان دەست پێدەکات وبەکشانی دەمی منداڵن کۆتایی دێت. دەبێت پێوانەی کردنەوەکە بگاتە 10سم (4-5 پەنجە) لەم کاتەدا دەمی منداڵن لەگەڵ لاشەکەیدا ڕێچکەیەك دروست دەکات بۆ هاتنە دەرەوەی کۆرپەکە قۆناغی یەکەم بۆیەکەم سك بە نزیکی 16-18 کاژێر دەخایەنێت بەڵام بۆ دووەهەم و سێیەهەم و... سك 10-12 کاژێر دەخایەنێت. گرنگترین خاڵی ئەم قۆناغە لەوەدایە کە کۆرپەکە بەسەردا هاتبێ نەك بە سواری، هەروەها هاوەڵی کۆرپەکە پێش نەکەوتبێت . چونکە ئەگەر وانەبێت چاوەڕێی ئەوەی لێ دەکرێت مناڵبونەکە ئاسایی نەبێت

بۆ ژمارەی ئاینده

پەیوەندی نێوان بەڕێوەبەرایەتی خوێندنگەو دیاردەی دەرنەچوون لەقۆناغە جیاوازەکانی خوێندندا

نوسینی: ئەحمەد عەلی ئەحمەد
سەرپەرشتیاری پسپۆر / پەروەردەی سلێمانی

پێشەکی:

مەبەست لەبەڕێوەبەرایەتی خوێندنگە هەر بەتەنها بەڕێوەبەر ناگرێتەوە.

بەڵکو هەموو دەستە کارگێڕییەکە دەگرێتەوە-بەڕێوەبەر، یاریدەدەر، فەرمانبەرانی کارگێڕی وەک نووسەران یاریدەدەری تاقیگە، کتێبخانە.. هەتا کارگوزارانی خوێندنگەش، گەرچی جێگەی بەڕێوەبەر لوتکەی کارگێڕییەکەیەو ڕۆڵی یەکەمی هەیە لەناو ئەو دەستەیەدا، بەرپرسیارێتی هەرە گەورە لەئەستۆی ئەودایە، هەندێك لەپەروەردە ناسان دەڵێن (مامۆستا چۆن بێت خوێندنگەش وا دەبێت) بەڵام لەناوەندە گشتییەکەدا دەگوترێت (بەڕێوەبەر چۆن بێت خوێندنگەش وا دەبێت) هەر لەبەرئەوەیە بۆ دانانی بەڕێوەبەر، لەبارودۆخە ئاساییەکاندا چەند هەلومەرجێك لەبەرچاو دەگیرێت وەك ژمارەی ساڵانی خزمەت، ئاستی لێهاتوویی و کارامەیی و شارەزایی پەروەردەیی و کارگێڕی، کەسێتی و پایەوپلەی لەناو مامۆستایان و خوێندکاران و لەناو کۆمەڵدا، تەنانەت لێهاتوویی لەش ولارو توانای جەستەیی و کامڵ ئەندامیشی، بەرامبەر بەوانەش ژمارەیەك تایبەتمەندی دراوەتێ وەك کەم بوونەوەی بەشە وانەکەی، دەرماڵەی کارگێڕی. ڕۆڵی بەڕێوەبەر لەپرۆسە پەروەردەییەکەدا زۆر گەورەیە، بەڵام باسەکەی ئێمە دیاری کراوە لە چوارچێوەی دیاردەی دەرنەچووندایە، بۆیە هەوڵ دەدەین بابەتەکان پەلوپۆی لێنەبێتەوە بەتەنها چڕی بکەینەوە لەدەوری ئەو دیاردەو بەم شێوازەی لای خوارەوە.

"(1)بەڕێوەبەرو جێبەجێکردنی یاساو ڕێسا گشتییەکان و ڕێنمایی سەرپەرشتیارانی پسپۆڕی و بڕیارەکانی سەروخۆی"

یەکێك لەکارە گەورەکانی بەڕێوەبەر جێبەجێکردنی ئەوانەی سەرەوەیە، بەڕێوەبەری سەرکەوتوو ئەو بەڕێوەبەرەیە، کە بەئاگایە لەهەموو ئەو یاساو ڕێسانەو تێگەیشتنی تەواوی هەیە لەسەریان، لێرەدا ئاماژە بۆ بابەتێك دەکەین کە بەگرنگ و بەسوودی دەزانین بیخەینە بەرچاو، ئەویش لەسەر جێبەجێکردنی یاساو بڕیارو ڕێنماییەکانە وەك دەزانرێت

یاسا و بڕیار، لێکدانەوەو ئیجتهادی بۆ ناکرێت، بەڵام لەوڵاتی ئێمەدا ژمارەیەک بڕیارو ڕێسا و ڕێنمایی هەن لەسەر پرۆسەی پەروەردە کە هەندێکیان زۆر کۆنن یا کەموو کورتیان تێدا هەیە، یان لێکدانەوەو ئیجتهاد هەڵدەگرن بۆنموونە: لەبڕگەی ژمارە 10، 11 لەسیستمی تاقیکردنەوەکانی ساڵی 1983 هاتووە (.. دووکەوتنەوە لەدانانی نمرە نائومێدەکان.. کەمکردنەوەی نمرەکانی نزیک 50نمرە).

بەڵام نمرەی نائومێد دیاری نەکراوە چەندە، مامۆستاو بەڕێوەبەر بەلێکدانەوەو ئارەزووی خۆیان ئەوە دیاری دەکەن، ئەمە لەهەندێک حاڵەتدا کێشە بۆ بەڕێوەبەر دروست دەکات و پێوەندی نێوان مامۆستاو بەڕێوەبەری بێ مۆڵەت دەبێت یان تاقیکردنەوەکانی زارەکی کە لەوانەکانی کوردیو عەرەبیو ئینگلیزیدا ئەنجام دەدرێ یەکێکە لە بابەتەکانی پەیوەندیدار بەدەرنەچوونی خوێندکاران لەو وانانەدا، لەخوێندنگە چڕو قەرەباڵغەکاندا جگە لەوەی بەدروستی ئەنجام نادرێت کاتێکی زۆریش دەبات، بەڵام ئەو نمرەیەی کە مامۆستایانی ئەو وانانە دای دەنێن ڕەوانیە، بۆیە بەڕێوەبەری خوێندنگە لێرەدا گرفتی بۆ دروست دەبێت چونکە مامۆستاکە وەک پێویست ئەنجامی نەداوە، نموونەیەکی دی کاتێک یا ماوەی تەرخان کراو بۆ تاقیکردنەوەکانی مانگەکان دیاری نەکراوە وەک نیوەی ساڵ و کۆتایی ساڵ. لێرەدا ڕۆڵی بەڕێوەبەرو دەستە کارگێڕییەکە دەردەکەوێت، لەڕێکخستن و سەرخستنی ئەو تاقیکردنەوەیانە، بەکورتی بەڕێوەبەری سەرکەوتوو وەک سەرکردەیەکی مەیدانی وایە دەبێت بزانێت کەی و لەکوێدا دەگەڕێتەوە بۆ بڕیارو یاسا و ڕێساکان و کەی و لەکوێ خۆی بڕیار دەدا.

(2)بەڕێوەبەرو دەستە کارگێڕییەکەی.

فاکتەرێکی گرنگە بۆ سەرکەوتنی بەڕێوەبەرو بەباشی ئەنجامدانی ئیش وکارەکانی، بەڕێوەبەری سەرکەوتوو ئەو بەڕێوەبەرەیە کە پەیوەندییەکی توندوتۆڵی لەگەڵ دەستە کارگێڕییەکەیدا هەیە بۆ ئەوەی هاوکارییان بکات و هاوکاری بکەن، کارو فرمانەکانیان لەنێواندا بەگوێرەی یاسا و ڕێسا و ڕێنماییە گشتییەکان بەش بکات-باشتر وایە بەنووسراو بێت- جیاوازییان لەنێواندا نەکات تەنها لەو حاڵەتانەدا نەبێت کە یەکێکیان چالاک و کاراتر بێت، ئەوەندەی پەیوەندی بەتاقیکردنەوەکانەوە هەیە، وەک دەزانرێت ئەنجامدانی تاقیکردنەوەکان کارێکی بەکۆمەڵە هەر لەسەرەتای دانانی خشتەی تاقیکردنەوەکانەوە هەتا ڕاگەیاندنی دەرئەنجامەکان، یاریدەدەرو نوسەران هەریەکەیان بەشێوەیەک لەشێوەکان هاوبەشی لەو پرۆسەدا دەکەن، بۆیە پێویستە چەند تیمێک لەخوێندنگەدا دروست ببێت بۆ بەئەنجامدانی ئەو کارانە وەکو لیژنەی تاقیکردنەوەکان کە ڕاستەوخۆ بەڕێوەبەر سەرۆکایەتی دەکات یاریدەدەرێک و چەند مامۆستایەک ئەندامن لەو لیژنەیە چەند باوەڕو ڕاستگۆیی لەنێواندا هەبێت ئەوەندە کاری تاقیکردنەوەکان باشترو دروست تر ئەنجام دەدرێن، تیمێکی دی هەیە بەناوی لیژنەی وردبینی نمرەکان کە یاریدەدەرێک سەرۆکایەتی دەکات و چەند مامۆستایەک ئەندامە تێیدا، باشترو دروست تر وایە کە هەموو کارەکانی پەیوەندی بەوردبینی دەفتەرەکان، تۆماری نمرەکان پاکنووسکردنی ئەنجامەکان هەتا ڕاگەیاندنی ئەنجامەکان بەڕێوەبەر بەهاوکاری ئەو لیژنانە ئەنجامی بدا نەک ئەوەی هەمووی بخاتە ئەستۆی خۆی بەوە جگە لەوەی زۆر ماندوو دەبێت و ئەگەری هەڵەی زۆرتر دەبێت لەهەمان کاتدا گومان و قسەو قسەڵۆکی دێتە سەر گەر بەهاوکاری ئەوان بوو ئەوە دەبێتە کارێکی گونجاو بەرپرسیارێتییەکە لەنێوان هەمووان‌دا دابەش دەبێت.

(3)پەیوەندی لەگەڵ دەستەی مامۆستایان.

ئەمە خاڵێکی گرنگە بۆ سەرکەوتنی پرۆسەکە بەرەوپێشەوەچوونی چەند پەیوەندی نێوان بەڕێوەبەرو دەستەی مامۆستایان پتەوو توندوتۆڵ بێ لەسەر بناغەی هاوکاری و هاوسۆزی بێ ئەوەندە ڕەنگدانەوەی پۆزەتیڤانەی دەبێت لەسەر تێکڕای پرۆسەکەو لەوانەش تاقیکردنەوەکان، بەڕێوەبەری سەرکەوتوو کۆسپ هەڵناخات هەتا مامۆستا هەڵەیەک بکات ئەویش سزای بدات و تۆڵەی لێبکاتەوە، گەر بەڕێوەبەر پەروەردە ناس بێت نەک هەر خوێندکاران پەروەردە دەکات بەڵکو مامۆستاش پەروەردە دەکات، بەتایبەتی لەوکاتانەدا کە بەڕێوەبەر خزمەت و ئەزموون و شارەزایی زۆرتر بێت لەمامۆستایان.

ڕەنگە سەرەتا نامۆ بێتە بەرچاو کە پەیوەندی نێوان بەڕێوەبەرو مامۆستایان چۆن دەبێتە فاکتەرو خاڵی بەهێز بۆ بەرزبوونەوەی ڕێژەی دەرچوون، بۆ وەڵامی ئەمە ئەم خاڵانە:

*1.گەر پەیوەندییەکە توندوتۆڵ لەسەر بنەمای ڕێزو خۆشەویستی بوو ئەوکات مامۆستا سەرگەرم و دڵخۆش دەبێت لەوانە وتنەوە، لەدەوام دوانناکەوێت، هەتا بتوانێت مۆڵەت وەرناگرێت، داوای گواستنەوە ناکات، حەز دەکات و هەوڵ دەدات لەئاستی زانستی خوێندکاران بەرز بکاتەوە، هەتا ڕێژەی دەرچوونی بەرز تر بێت، بەڕێوەبەرە هاوکارو هاوڕێ خۆشەویستەکەی خۆیو دڵخۆش و قایل بکات.

*2 پەنا نابات بەر هەندێك كاری نادروست نارەوا وەك چاككردنی نمرەی هەندێك لەخوێندكاران پشتگوێخستنی خوێندكارا، لێپرسینەوە بەدووچونی خوێندكارە لاوازەكان، بەڕێوەبەر پێویستە ئەوەندەی بۆی دەكرێت دەشێ تێكەڵاوی مامۆستایان بێت ببێتە دۆست و هاوڕێ و هاوكاریان، لەو كاتانەدا كە پێویست بكات ئامۆژگاری ڕێنمایی مامۆستایانی لاواز و دوواكەتوو بكات، جا لەبوارە ڕەسمییەكەدا بێت وەك كۆبونەوەكانی بەڕێوەبەرو مامۆستایان یان كۆبوونەوەكانی باركان و مامۆستایان، بۆ سەلماندنی ئەمە ئەم نموونەیە دەهێنینەوە:

سەبارەت بەجارەكانی كۆبوونەوەی بەڕێوەبەر لەگەڵ دەستەی مامۆستایان، بەگوێرەی ئەو فۆرمەی كە دابەشكراوە بەسەر بەڕێوەبەرەكاندا-پرسیاری ژمارە 11-لەكۆی 226 بەڕێوەبەر كە وەڵامی ئەو پرسیارەیان داوەتەوە، 48 بەڕێوەبەریان، ساڵانە 6 جار لەگەڵ مامۆستایانیدا كۆبۆتەوە كە دەكاتە 21.24٪، وە 24 بەڕێوەبەر ساڵانە 4 جار لەگەڵ مامۆستایاندا كۆدەبنەوە كە دەكاتە ڕێژەی 19.47٪، ئەمە ڕێژەیەكی باشەو نیشانەی ئەوەیە كە زۆرینەی بەڕێوەبەرەكان هەستیان بەگرنگی ئەوبابەتە كردووە. بەڕێوەبەری سەركەوتوو دەتوانێت پەیوەندییەكانی لەگەڵ مامۆستایاندا لەڕێگە كۆمەڵایەتی و ناڕەسمییەكانیشەوە پتەو بكات ئەویش لەڕێگەی گەشت و ئاهەنگ و بۆنەكانی ناو خوێندنگەو بۆنەكانی تر، هەر بۆ سەلماندنی ئەوەی گەر پەیوەندی نێوان بەڕێوەبەرو مامۆستایان پتەوبێت، كێشەی دوواكەوتنی مامۆستایان لەدەوام و ئامادە نەبوونیشیان كەم دەبێتەوە، وەڵامی پرسیاری ژمارە 11ی فۆرمی بەڕێوەبەران سەبارەت بەجارەكانی كۆبوونەوەی بەڕێوەبەرو مامۆستایان بەگشت پۆزەتیڤە-وەك پێشتر ئاماژەی پێدرا بۆیە وەڵامی پرسیاری ژمارە (17) كە تایبەتە بەكێشەی دوواكەوتنی مامۆستایان ئەویش پۆزەتیڤە لەكۆی 226 بەڕێوەبەر كە ئەو كێشەیەیان (كەمە) وە 54، بەڕێوەبەر بە(نیە) وەڵامیان داوەتەوە تەنها دوو بەڕێوەبەر، بە (زۆر) وەڵامیان داوەتەوە.

(4)پەیوەندی نێوان بەڕێوەبەرو خوێندكاران.

خاڵێكی گرنگ و سەرنج ڕاكێشە، كێشەی دەرنەچوونی خوێندكاران لەهەموو حاڵەت و لەهەموو كاتەكاندا ڕووبەڕووی خودی بەڕێوەبەر دەبێتەوە، گەر ڕێژەی دەرچوون و پلەی پێوانەكەی بەرزبوو دەستخۆشی لەو دەكرێت و ئەو بەتەنها پاداشت وەردەگرێت گەر ڕێژەو پلەی پێوانەییەكە نزم بوو هەر ئەو سەرزەنشت دەكرێت و هەر بەتەنها ئەویش سزا دەدرێت، لەكاتێكدا دروست ڕەوا ئەوەیە هەموو ستافە كارگێڕییەكە هاوبەشبن لەهەر دوو حاڵەتی باش و خراپەكەدا، ڕۆڵی بەڕێوەبەر یان بەڕێوەبەرایەتی بەگشتی لەم خاڵانەدا ڕوون دەكەینەوە:.

(ا)تاچەند بەڕێوەبەر دەتوانێت خوێندن و تێكۆشان و خوێندنگە لای خوێندكار خۆشەویست بكات كاریگەری هەبێت لەسەر خوێندكاران و هانیان بدات لەسەر خوێندن ئەمەش لایەنێكی گرنگی بەوە جێبەجێ دەبێت، كە چۆن لەگەڵ خوێندكاراندا كۆدەبێتەوە چەند جار ئەو كۆبونەوەیانە دووبارە دەبێتەوە بەلای پەروەردە ناسانەوە ئەمە خاڵێكی زۆر گرنگە بۆیە بەردەوام جەخت دەكرێتە سەر كۆبوونەوەی بەڕێوەبەرو مامۆستایان لەگەڵ خوێندكاراندا، لەوەڵامی پرسیاری ژمارە 12ی فۆرمی بەڕێوەبەرەكاندا هاتووە لەكۆی 226 بەڕێوەبەر 93 بەڕێوەبەریان جۆری كۆبونەوەكانیان لەگەڵ خوێندكارە بەو شێوازەیە كە لەگەڵ قۆناغەكاندا بەجیا كۆدەبنەوە، كە ڕێژەكەی دەكاتە 41.15٪ ئەمە بەرزترین ڕێژەیە وە 74 بەڕێوەبەر بەشێوازی هەموویان بەیەكەوە كۆبونەوەكان ئەنجام دەدەن كە ڕێژەكەی دەكاتە 32.74٪ تەنها (1) بەڕێوەبەر وەڵامی داوەتەوە كە بەهیچ كام لەو شێوازانە كۆبونەوە ناكات؟ ئەمە مانای وایە كە زۆرینەی بەڕێوەبەران لەگەڵ خوێندكاراندا كۆدەبنەوە لەناو ئەوانەشدا زۆرینەی بەشێوەی قۆناغە، بەلای ئێمەوە ئەمە شێوازێكی دروستە چونكە هەر قۆناغە خەسڵەت و تایبەتمەندی خۆی هەیە.

(ب)چوون بەدووی ئاستی دەرچوون نمرەی خوێندكاران دەچێت، چۆن لێپرسینەوە لێپێچینەوە لەگەڵ ئەو خوێندكارانەدا دەكات كە لەهەندێك یان لەزۆرێك لەوانەكاندا دەرنەچوون، زۆرینەی بەڕێوەبەرەكان كاتی كارت دابەشكردن ئەم كارە دەكەن واتە دوای وەرزی یەكەم و نیوەی ساڵ و وەرزی دووەم، بەڕای ئێمە جگە لەتۆماری نمرەكان و كارتی وەرزەكان باشترین ڕێگەی چاودێری و بەدووكەوتنی خوێندكارە دەرنەچووەكان هەر لەتاقیكردنەوەكانی مانگی یەكەسەوە دەستپێدەكات بەڕێوەبەر تۆمارێكی بۆ ئەو مەبەستە دەكاتەوە، لەدوای تەواوبوونی تاقیكردنەوەكانی مانگی یەكەم داوا لەمامۆستایان دەكات كە هەر یەكەیان لیستێكی بدەنێ بەناوی ئەو خوێندكارانەی كە دەرنەچوون بۆ هەموو پۆل و هەموو قۆناغەكان، ئەوانە لەو تۆمارەدا تۆمار دەكات، ئەوسا بۆی دەردەكەوێت كە ئاستی خوێندكارەكان چۆنە ڕێژەی دەرنەچوون

چۆنە لەگام وانەدا زۆرە، لەگام قۆناغدا زۆرە ئەمە بۆ مانگی دووەمو نیوەی سالو هەموو تاقیکردنەوەکان بەو جۆرە دەبێت.

(ج)چۆنێتی لێپرسینەوە لێپێچینەوەی خوێندکارە دەرنەچووەکان:.

ئەم کارە بەچەند شێوازێك ئەنجام دەدرێت لەوەش بەندە لەسەر شێوازو مەزاجی بەڕێوەبەر، کەمو زۆری ژمارەی خوێندکاران باروبۆخی خوێندنگە. سەرەتا پێویستە لێپرسینەوە بەئاگاهێنانەوە هەبێت، و هەر لەسەرەتای تاقیکردنەوەی مانگی یەکەمەوە دەست پێبکات. ڕەنگە بەڕێوەبەر بەوە وازبێنێت کە بەتەنها خوێندکارە دەرنەچووەکان بانگ بکات ئامۆژگاری و ڕێنماییان بکات گوێ لەگرفت و کێشەکانیان بگرێت لەهەمان کاتیشدا ئاگاداریان بکاتەوە گەر لە تاقیکردنەوەی مانگی دووەمدا ئاستیان بەرزبکەنەوە، ئەوا لەڕووی کەس وکاریان دەنێرێت بەکورتی لەسەرەتادا خوێندکارەکە خۆی دوا تر کەس وکاری. لەوەلامی پرسیاری ژمارە 25ی فۆرمی بەڕێوەبەرەکان لەکۆی 226 بەڕێوەبەر 139 بەڕێوەبەریان بەوە وەلامیان داوەتەوە کە دەنێرن بەدووی کەس وکاریاندا ئەمەش ڕێژەکەی دەکاتە ٪ وە 72 بەڕێوەبەریان خوێندکارەکە خۆی بانگ دەکەن، بەلام پێویستە بەڕێوەبەر ئەوە بزانێت کەی خوێندکارە کە بانگ دەکات و کەی کەس وکارەکەی.

(د)پاداشت دانەوەی خوێندکارە سەرکەوتووەکان:.

گەر لێپرسینەوەو بەئاگاهێنانەوەی خوێندکارە دەرنەچووەکان ڕێگەیەك بێت بۆ کەم کردنەوەی ڕێژەی دەرنەچوون ئەوا هاندانی خوێندکارە سەرکەوتووەکان و پاداشت دانەوەیان–هەر لەمانگی یەکەمەوە–ڕێگەیەکی ترە بۆ کەم کردنەوەی ڕێژەی دەرنەچوون، لەوەلامی پرسیاری ژمارە (40) لەفۆرمی تایبەت بەبەڕێوەبەرەکاندا کە سەبارەت بەپاداشتی خوێندکارە سەرکەوتووەکان، لەکۆی 226 بەڕێوەبەر کە وەلامی ئەو پرسیارەیان داوەتەوە، 197 بەڕێوەبەریان بەبەلێ وەلامیان داوەتەوە واتە پاداشتیان دەکەن ئەمانەش ڕێژەکەیان دەکاتە 87.17٪، تەنها 29 بەڕێوەبەر بەنەخێر وەلامیان داوەتەوە. ئەمەش دیاردەیەکی پۆزەتیڤە ئیتر بەهەر جۆرو شێوازێك پاداشتیان بکەن.

(ه)لەسەر لیژنەی تاقیکردنەوەکان بەڕێوەبەرایەتی خوێندنگە پێویستە هەموو پێداویستییەکانی تاقیکردنەوەکان بۆ خوێندکاران ئامادە بکات هەر لەهۆلی لەبارو گونجاو ڕحلەی سەربەخۆو گونجاو پرسیارو دەفتەری تاقیکردنەوەو خشتەی لەبارو گونجاو کە باشتر وایە ئەو خشتەیە خوێندکاران خۆیان هاوبەشی لەدانانیدا بکەن.

(5)پەیوەندی نێوان بەڕێوەبەرو کەس وکاری خوێندکاران:.

لایەنێکی گرنگی گشت پرۆسەی پەروەردەییەکە، تاقیکردنەوەکان بەشێکی گرنگی ئەو پرۆسەیەن ڕۆلی بەڕێوەبەر لەسەر پەیوەندی نێوان کەس وکاری خوێندکاران و دیاردەی دەرنەچوون لەم خالانەدا دەردەکەوێت.

(ا)هەر لەسەرەتاوە خوێندکارەکان ئاگادار بکات کە تەنێ هەر دەرگای خوێندنگا والایە بۆ هەموو کەس وکاری خوێندکاران کە سەردانی خوێندنگە بکەن، بەلکو بیکاتە پێویستە بەسەر خوێندنگە بکەن لە هەوالی زانستی و پەروەردەیی خوێندکارەکانیان بەئاگابن.

(ب)بەدەوری و بەگوێرەی خشتەیەکی پێش وەخت دیاریکراو لەسالی خوێندندا چەند جارێك لەگەل کەس وکاری خوێندکاراندا کۆبێتەوە، چاکتر وایە ئەو ژمارەیە لە3 جار زۆرتربێت گەر هەلومەرجی خوێندنگە لەبار بێت و چاکتریش وایە بەشێوەی قۆناغ لەگەل کەس وکاری خوێندکاراندا کۆبێتەوە. سەبارەت بەجارەکانی کۆبوونەوەی باوکان و مامۆستایان لەفۆرمی بەڕێوەبەرەکاندا لەوەلامی پرسیاری ژمارە (9)دا هاتووە لەکۆی 226 بەڕێوەبەر کە وەلامی ئەو پرسیارەیان داوەتەوە 149 بەڕێوەبەر بە 2جار لەسالەکەدا وەلامیان داوەتەوە کە ئەمەیان بەرزترین ڕێژەیە ڕێژەکەی دەکاتە 65.93٪، تەنها 56 بەڕێوەبەر بە 3 جارو زۆرتر وەلامیان داوەتەوە. لێرەدا ئێمە جەخت لەسەر مەسەلەیەك دەکەین ڕاستە ئەو کۆبوونەوەیانەی باوکان و مامۆستایان زۆر بەسوودە بەلام لەلای ئێمە، بەتەنها بۆ بەجێهانینی فەرمانە کارگێڕییەکەی پەروەدەیە کە دیاریکردووە بەسالی دوو جار لەخوێندنگە چڕەکانی ناو شاردا بەهۆی زۆری ژمارەی کەس وکاری ئامادەبوو تەنها بابەتە گشتییەکان باس دەکرێت و هیچی دی بۆیە پێویستە لەو کۆبوونەوە گەورانەدا کەس وکاری خوێندکار هان بدرێت کە بەتاك سەر لەخوێندنگە بدەن چ لەو کاتانەدا بێت کە خۆی دەیەوێت یان لەو کاتانەدا بێت کە بەپسوولە خوێندنگە داوای ئامادەبوونی کەس وکاریان دەکات.

(ج)جگە لەو کۆبوونەوە گشتیانە، کەس وکاری خوێندکاران هان بدرێن لەخۆوە بێ بانگ هێشتکردن سەردانی خوێندنگە

بکەن، یان لەکاتی نمرەو کارت وەرگرتندا یان لەو کاتانەدا کە بەپسوولەی ڕەسمی خوێندنگە ئاگاداری کەس‌وکار دەکاتەوە.

(6)بەڕێوەبەرو مالکی خوێندنگە.

هەرچـــەندە ناقـــڵ‌و گواســـتنەوەی مامۆســـتایان لەخوێندنگەیەکەوە بۆ خوێندنگەیـەکی دی کـاری دەزگاکـانی دەوڵەت‌و پەروەردەیە، بەڵام لـەوڵاتی ئێمـەدا بـەهۆی کـەلتورو لایەنە کۆمەڵایەتییەکان، ڕۆڵی بەڕێوەبەر لـەدابینکردنی مـلاك‌و تەنانـەت پێداویسـتییەکانی دیکـەی خوێندنگـەدا زۆر گرنگـە ئەمەش لەم خاڵانەدا ڕوون دەبێتەوە.

(ا)بەڕێوەبـەری سـەرکەوتوو بەشـەزموون‌و جـدی‌و خـاوەن کەسێتی بـەرز مامۆستا بۆ لای خـۆی ڕادەکێشـێت ئێمـە لـەم بارەیـەوە ئەزموونێکی درێژمان هەیە ژمارەیەك مامۆستا هەیە ناچنـە خوێندنگـەی (س) چونکـە بەڕێوەبەرەکـەی (ص)ە وە پێچەوانەی ئەوەش داوای گواستنەوە دەکەن لەو بەڕێوەبەرانەی کە بەدڵیان نییە.

(ب)لـەکاتێکدا کـە شـاغر لەوانەیـەکدا دروسـت دەبێـت بەڕێوەبـەری سـەرکەوتوو جدی زۆر بەپەلە مشـوری مامۆسـتا دەخوات پێش ئەوەی دەزگا پەروەردەییەکان ئەو کارە بکەن ئەو خۆی مامۆستا دەدۆزێتەوە کارئاسانی گواستنەوەی بۆ دەکات

(ج)دیاردەی هـەبوونی محازەرە لەخوێندنگـەدا دیاردەیـەکی نیگەتیڤـە مامۆسـتای موحـازر هێنـدەی مامۆسـتای مـلاك وابەستەی خوێندنگەو گیرە دەوام‌و ڕێژەی دەرچوون نییە، هەر خوێندنگەیەك ژمارەیـەکی زۆری موحازر تێـدا بێت گرفـت‌و کێشـــەی هەیـــە لـــەوەڵامی پرســـیاری ژمـــارە 8ی فۆرمـــی بەڕێوەبەرەکاندا کە تایبەتـە بـەوەی لـەو خوێندنگەیـەدا چەند مامۆستایای موحازرت هەیە. لەکۆی 226 بەڕێوەبەر واتە 226 خوێندنگە 96 خوێندنگەیان 3-5 مامۆستای موحازری هەیە کە ئەمـە ڕێژەیـەکی بـەرزەو دەکاتـە 42٪، وە 84 خوێندنگـە 1-3 موحـازری هەیـە تەنـها 46 خوێندنگـە هـەبوە کـە سـاڵی پـار مامۆستای موحازری نەبووە، گـەرچی ئەمـە کـەم‌وکوڕی ملاکـە بەڵام ڕەنگدانەوەی خراپی دەبێت لەسەر ڕێژەی دەرنەچوون.

(7)کێشـە کۆمەڵایەتییەکانی خوێندکـار بەڕێوەبـەر، لەبـەر سـەرقاڵی‌و پڕی کارەکـانی لەزۆربـەی جـاردا ناپەرژێتـە سـەر ئەوەی بـەدوای کێشـەی کۆمەڵایـەتی خوێندکارەکاندا بڕوات‌و یەکە یەکە هەوڵی چارەسەریان بدات، بۆیـە بیرکردنەوە لەدانانی تـوێژەری کۆمەڵایـەتی لەهـەموو خوێندنگەیـەکی ئـاوەندی‌و ئامادەییدا کە دەرچووی بەشی کۆمەڵناسی یا دەروونزانی بێت، کـارێکی زۆر باشـەو بەرئـەنجامی باشـی دەبێـت بـۆ بەرەوپێشچوونی پرۆسەکە.

کێشە هەنوکەییەکانی بەڕێوەبەرەکان

1.خراپی بینای خوێندنگەکان.

تا ئێستا و لەگەڵ ئەو هەوڵە زۆرەی کە حکومەتی هـەرێم‌و ڕێکخراوە بەرپرسەکان بۆ چاکردنـەوەی بینـای خوێندنگاکـان داویانە، بەڵام هێشتا بەشێکی زۆری بینـای ئەو خوێندنگایانـە داڕوخـاوو بێکـەڵکن‌و مـــەرجێکی بنـــەڕەتی خوێندنـــی سەرکەوتویان تێدا نییـە، ئـەوەتا لـە 30.53٪ی بەڕێوەبـەرەکان لەڕاپرسییەکەدا سەبارەت بەخۆیان دەڵێن بینای خوێندنگاکەیان خراپەو 31.86٪یش دەڵێن مام ناوەندە تەنها 5.75٪ دەڵێن زۆر باشە.

(2)گونجاندنی پۆلەکان بۆ خوێندن.

بەشێکی زۆری نەخشـەی خوێندنگاکـان کۆنـن، یـا زۆرجـار دەقـاو دەق لـەکتێبی بیانیـەوە دەرهێنـراون واتـە بـۆ کۆمـەڵێك خوێندکار دەبن کە ژمارەیان دەگاتە 20 خوێندکار لـەپۆلێکدا، بۆیـــە 27.43٪ی بەڕێوەبـــەرەکان دەڵێـــن بـــاری پۆلـــەکانی خوێندنگەکەیان خراپەو 35.40٪یش دەڵێن مام ناوەند، تەنها لە6.19٪ دەڵێن زۆر باشە.

(3)زۆری ژمارەی خوێندکاران لەپۆلێکدا.

یـەکێك لـە هـەرە گـەورەترین ئـەو کێشـانەی کـە تووشـی بەڕێوەبەرەکان دەبێـت‌و کاریگەرییـەکی زۆری لەسـەر پرۆسـەی خوێنـدو فێربوون‌و بەرئەنجامـەکانی تاقیکردنـەوە هەیـە ژمـارە زۆری خوێندکارە لـەپۆلێکدا ئـەوەتا لـەوەڵامی پرسـیارێکدا کـە ئایا ژمارە خوێندکاران تێکڕا لەهەر پۆلێکدا چەندە؟

33.19٪ دەڵێن لە 40 زیاترە.

32.74٪ دەڵێن 30-40 خوێندکارە.

تەنها 11.06٪ دەڵێن 20 زیاترە.

(4)زۆری دەوام لەبینایەکدا.

لەکێشـە گـەورەکانی دی کـە کاریگـەری تـەواوی لەسـەر پرۆسەکەو بەرئەنجامـەکانی تاقیکردنـەوە هەیـە بوونـی زیـاتر لەدەوامێکە لەهەمان بینادا.

ئەوەتا لەئەنجامی پرسیاری چەند دەوام لەخوێندنگەکـەتدا هەیـە 52.65٪ی بەڕێوەبـەرەکان دەڵێـن 2 دەوام. کـە بێگومـان ئەمـە کـار دەکاتـە سـەر هێنانـەوەی خوێندکـار پـاش دەوام بـۆ

تاقیگەو کارگەکانی دەرەوەی پۆل و تەنانەت کاتەکانی تاقیکردنەوەکانیش.

(5)کەموکورتی لەکتێبەکانی خوێندندا.

مەبەست کەمی ژمارەی ئەو کتێبانەیە کە ساڵانە بەڕێوەبەرەکان وەری دەگرن، و بەشی خوێندکارەکانیان ناکات و کێشەیەکی زۆریان بۆ دەنێتەوە، ئەوەتا لەوەڵامی پرسیارێکدا ئایا کەموکورتی لەکتێبەکانی خوێندندا هەیە 46.96٪ی بەڕێوەبەرەکان بەبەڵێ وەڵامیان داوەتەوە.

ئاشکراشە نەبوونی کتێبی تەواو لەبەردەم خوێندکاردا یا دڕاوی و پەرپوتی چ کاریگەرییەکی سلبی دەکاتە سەر توانای خوێندن و ئارەزووی بۆ کۆشش و هەوڵدان.

(6)مامۆستای موحازر.

نەبوونی مامۆستای میلاک بەتەواوی کارێکی خراپ دەکاتە سەر ڕەوتی خوێندن لەخوێندنگاکەداو بەشێوەیەکی سلبیش بەسەر خوێندکارەکان و توانایاندا دەشکێتەوە، چونکە سەرەڕای ئەوەی بەڕێوەبەر دەبێت بەئارەزووی موحازر خشتەی وانەکان ڕێک بخات، زۆرجار موحازرەکە لەوکاتانەشدا ئامادە نابێت و خوێندکارەکان زۆر زیان دەکەن. سەرەڕای ئەوەی کە پارەی موحازەرە لەکاتی خۆیدا بەباشی نادرێت و زۆر درا دەکەوێت و بڕەکەشی زۆر زۆر کەمە لەگەڵ باروودۆخی ئابووری و نرخی شمەکدا ناگونجێت، لەبەرئەوە زۆرجار بەڕێوەبەرەکان موحازریان بۆ وانە شاغیرەکان دەست ناکەوێت ئەوەتا لەوەڵامی پرسیارێکدا کە ئایا چەند مامۆستای موحازرت هەیە 42.48٪ی بەڕێوەبەرەکان دەڵێن 3-5 موحازر کە بێگومان ئەمەش ژمارەیەکی زۆرەو بەتەواوی ڕەوتی خوێندنگەکە دەگۆڕێت.

(7)وانە زانستییەکان.

کێشەی وانە زانستییەکان هێشتا لەو کێشانەن کە زۆربەی بەڕێوەبەرەکان بەدەستییەوە دەناڵێنن، لەبەرئەوەی بەپلەی یەکەم وانە زانستییەکان پێویستیان بەپسپۆڕی زانستی هەیەو بەهەموو مامۆستایەک بەباشی ناوترێتەوە، بەتایبەتی خوێندنگەکانی دەرەوەی شار، زۆر دەناڵێنن بەدەست ئەم کێشەیەوە، خوێندنگەی وا هەیە تا پۆلی سێی هەیە، هیچ مامۆستایەکی زانستی تێدانییە، وانەکانی فیزیا و زیندەوەرزانی و کیمیا، لەلایەن مامۆستای سەرەتایی، یا پسپۆڕی کوردی، یا عەرەبییەوە دەوترێتەوە، ئیتر دەبێت خوێندکار چ بەرئەنجامێک بەدەستبهێنێت و چ ئەندازەیەک فێردەبن و ئامادە دەبن بۆ قۆناغی ئامادەیی

ئەوەتا لەوەڵامی پرسیارێکدا کە ئایا ڕێژەی دەرنەچوونی خوێندکار لەکام کۆمەڵە وانەیەکدا زۆرە 57.52٪ی بەڕێوەبەرەکان دەڵێن وانە زانستیەکان.

تەنها 2.65٪ دەڵێێن وانە کۆمەڵایەتییەکان.

(8)پۆلی یەکەمی ناوەندی.

کێشەی پۆلی یەکەمی ناوەندی لەکێشە دیارەکانی هەموو خوێندنگە ناوەندییەکانی هەرێمە لەبەرئەوەی بەشی زۆری ئەو خوێندکارانەی پۆلی یەک بەتەواوی لەسەرەتایی‌دا ئامادە نەکراون بۆ قۆناغی ناوەندی و تاقیکردنەوەی گشتی سەرەتایش لەئاستێکی نزمدایەو باری مۆڵەکان خراپەو پێوتنەوە زۆرە ئاستی خوێ‌دنی سەرەتایش لەچاو ناوەندیدا نزمە لەبەرئەوە مامۆستایانی ناوەندی زۆر هیلاک دەبن بەدەست فێربوونی خوێندکارانەوەو بەرئەنجامی تاقیکردنەوەکانیان زۆر خراپە، ئەوەتا لەوەڵامی پرسیارێکدا بۆ بەڕێوەبەرەکان کە ئایا ڕێژەی دەرنەچوونی خوێندکار لەکام قۆناغدا زۆرە 66.19٪ی بەڕێوەبەرەکان کە ژمارەیان 226 بەڕێوەبەرە دەڵێن پۆلی یەک بڕوانە خشەی کەرتوی پۆلی یەک.

(9)باروودۆخی گشتی و کاریگەری لەسەر خوێندن.

34.70٪ی بەڕێوەبەرەکان لەو بڕوایەدان کە باروودۆخی گشتی و وڵات کاریگەرییەکی زۆری لەسەر هۆیەکانی دەرنەچوونی خوێندکار هەیە، و ناسەقامگیری و ئەو باروودۆخانەی لەجەنگی عیاق- وڵاتە هاوپەیمانەکاندا هاتە کایەوە کاریگەریەکی زۆری کردە سەر دابەزینی بەرئەنجامەکانی تاقیکردنەوەی خوێندکار.

(10)پرۆگرامەکانی خوێندن.

تا ئێستا و وەک لەشوێنێکی دیکەی ئەم توێژینەوەیەدا ڕوونمان کردۆتەوە پرۆگرامەکان لەئاستێکی نزمدان و خوێندکار بەرەو خۆیان کێش ناکەن و زۆربەیان پرۆگرامێکن کە کات و سەردەمیان بەسەرچووە بۆیە لەوەڵامی پرسیارێکدا لەبەڕێوەبەرەکان کە ئایا سیستمی پرۆگرامەکانی خوێندن بەلاوە پەسەندە یان نا؟

80.53٪ی بەڕێوەبەرەکان واتە 182 بەڕێوەبەر لەکۆی 226 دەڵێن نەخێر بەلامەوە پەسەند نییەو 71.43٪یان هۆکەی دەگەڕێننەوە بۆ زۆر پڕی بابەتەکان 41.21٪ یان دەیگەڕێننەوە بۆ کەمی کاتژمێری تەرخان کراو بۆ ئەو هەموو مادە زۆرەی کە تیایاندایە

سلێمانی (2004)

نەخۆشی زمانەکانی دڵ

بەشی دووەم:

Heart Valve Disease

ئومێد فایەق قەرەداغی
کۆلێژی پزیشکی/ زانکۆی سلێمانی

نەخۆشییەکانی زمانەی شاخوێنبەر (Aortic valve diseases):

***تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر چییە؟**

تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر (aortic stenosis) بریتییە لەبەربەستێك لەڕێگای دەرچوونی خوێن لەسکۆڵەی چەپەوە بۆ نێو شاخوێنبەر ئەو تەسکبوونەوەش بۆ خۆی ئاکامی لەمپەڕێکە لەیەکێك لەم سێ ئاستەدا:

1. لەخودی زمانەکەدا، پێی دەوترێت زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر (Valvular As).

2 لەسەرو زمانەکەدا، پێی دەوترێت: ژێر زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر (Supravalvular As).

3 لەخوار زمانەکەدا، پێی دەوترێت، ژێر زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر (Supravalvular As).

***ئەو دۆخە نائاساییە چۆن دەبێت کە بەهۆی تەسکبوونەوەی زمانەکەوە لەفرمانی ئەم ئەندامەدا سەرهەڵدەدات؟**

تەسکبوونەوەی زمانەی سیانی نیمچە بازنەیی شاخوێنبەر بەرگرییەك لەدژی پاڵنانی خوێن پیایدا سازدەکات بەمەش جیاوازی لەکرژە فشاری خوێنی ئەم دیوو ئەو دیوی زمانە تەسکبووەکەدا گەشەدەکات.

بەربەست بوونی ڕێگای دەرچوونی خوێن لەسکۆڵەی چەپەوە بۆ شاخوێنبەر بۆ خۆی دەبێتە مایەی زیادبوونی پەستانی نێو سکۆڵەکە، وە لەئاکامدا سکۆڵە بۆ قەرەبووکردنەوەی پەنا دەباتە بەر ئەستووربوون و گەورەبوونی دیوارەکەی. گەورەبوونی هارچەڵانەی خانەکانی دڵە ماسولکە لەدیواری سکۆڵەی چەپدا دەبێتە هۆی زاڵبوون بەسەر ئەو نائاساییەی کە لەفشاری خوێنی نێو سکۆڵەدا وەدیهاتووە، بەمەش فرمانی ئاسایی دڵ دەپارێزرێت. بەڵام دەبێت ئەوەمان لەیاد نەچێت کە بەرزە پەستانێکی بەردەوام لەسەر دیواری سکۆڵە دەبێتە هۆی تێکچوونی کرژی دڵەماسولکەو فراوانبوونی هۆدەکانی دڵ.

جۆرەکانی تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر.

I زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر.

بڵاوترین جۆری تەسکبوونەوەی شاخوێنبەرەو بۆ خۆشی دەکرێت ئاکامی بوونی یەکێك لەگەلیك هۆی جیاواز بێت، لەوانە:

1. بەد دروستبوونی زگماکیانەی زمانەکە[11]؛ ئەمە بڵاوترین هۆی تەسکبوونەوەی شاخوێنبەرە و زیاتر لەنێرینەدا دەبینرێت بەرێژەی چوار هێندەی مێینە، دیارترینی بەد دروستبوونەکانیش بریتین لە:

أ. دوو گەڵابوونی زمانەی شاخوێنبەر (Bicuspid aortic valve) کە خۆی لەبنەڕەتدا زمانەیەکی سیانی نیمچە بازنەییە[5]. ئەم دەردە زگماکییەی زمانەی شاخوێنبەر بەرێژەی 1٪ی تێکڕای دانیشتواندا روودەدات، بەوەش دەبێتە بڵاوترین جۆری نەخۆشییە زگماکییەکانی دڵ.

ب. جۆرەکانی دی پێکەوەنوسانی پەڕەکانی زمانەکە، وەك:

1. پێکەوەنوسانی ناوپەنچك ئاسایی پەڕەکان (diaphragmatic) لەم دۆخەدا هەر سێ پەڕەی زمانەکە پێکەوە دەنوسێن و تەنها دەرچەیەك لەچەقدا دەمێنێتەوە.

2. پێکەوەنوسانی پەڕەکانی زمانەکەو جێهێشتنی دەرچەیەکی ناچەقی لەزمانەکەدا.

تاك گەڵابوونی زمانەی سیانی شاخوێنبەر بڵاوترین هۆی تەسکبوونەوەی شاخوێنبەرە لەیەکەم ساڵی تەمەندا، کە زیاتر وەك بەشێك لەکۆنیشانی نیمچە دروستبوونی لای چەپی دڵ (left-ventricular hypoplastic syndrome) خۆی نمایش دەکات. ئەمە لەکاتێکدایە کە دوو گەڵابوونی زمانەکە بڵاوترین هۆی تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر لەتەمەنی 40-60 ساڵیدا.

2. رەقبوونی زمانەکە بەهۆی پیری و بەساڵاچوونەوە:

ئەم هۆیەی زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر لەو خەڵکانەدا باوە کە لەسەرو 60 ساڵی تەمەنەوەن زمانەکە بۆ خۆی ئاسایی سێپەڕە هەیەو درزەکانی نێوانیان هەر ماون، بەڵام بەهۆی رەقبوونیانەوە پەڕەکان ناتوانن وەك پێویست بجوڵێن ئەم جۆرەی تەسکبوونەوەی زمانەکە بەزۆری مرەمرەی دڵ لەساتی پاڵنانی خوێندا (ejection systolic murmur) دەخولقێنێت.

3. زمانە هەوی رۆماتیزمی شاخوێنبەر:

ئەم دەردەی دڵ دەبێتەی هۆی پێکەوەنوسانی پەڕەکانی زمانەکە. لەلایەکی دیکەوە زانراوە کە جومگەهەوی رۆماتیزمیش (Rheumatoid arthritis) دەبێتە هۆی ئەستووربوونێکی گرێ چکەیی لەپەڕەکانی زمانەکەداو هەندێك جاریش لەئاکامدا تەسکبوونەوەی زمانەکەو پێچەوانە گەڕانەوەی خوێن پەیایدا لێیەوە سەرچاوەدەگرێت

4. رەقبوونی خوێنبەرەکان (Atherosclerosis):

زیادبوونێکی دیار لەئاستی کۆڵیسترۆڵ خوێندا دەبێتە هۆی رەقبوونی شاخوێنبەر، خوێنبەرە گەورەکان، زمانەی شاخوێنبەرو خوێنبەرە تاجییەکانی دڵ.

5 دەرمانی وەك میسیرجاید methysergide کە دەرمانێکی فراوانکەری لولەکانی خوێنەو بۆ چارەسەری لایەشی سەربەکاردەهێنرێت

II ژێر زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر:

ئەم جۆرەی دەردەکە دەشێت ئەنجامی یەکێك لەم هۆکارانەی خوارەوە بێت:

1 نەخۆشی ماسولکە ریشاڵییە ئەڵقەی زمانەکە.

2. دڵەماسولکە گەورەبوونی بەربەستکەر (Hypertrophic obstructive cardiomyopathy).

3. تەسکبوونەوەی تونێلی ژێر زمانە بەشی شاخوێنبەر.

4. مەرەسەیی لەپەرەی پێشەوەی زمانەی تاجی دووانی دڵ (mitral valve)دا.

نەخۆشی ماسولکە ریشاڵییە ئەڵقە (fibromuscular ring)ی زمانەکە نزیکەی 10٪ی هەموو تەسکبوونەوە زگماکییەکانی شاخوێنبەر پێك دەهێنێت. لەم دۆخەدا ماسولکە فایبەرە ئەڵقەکەی دڵ رێگای دەرچوونی خوێن لەسکۆڵەی چەپەوە بەرەو شاخوێنبەر بەربەست دەکات. بەربەستەکەش یەکسەر لەژێر زمانەکەدا دروست دەبێت و بەر لەکۆتایی ساڵی یەکەمی تەمەن هەرگیز ئامادەبوونی نییە بەوەش ئەو گریمانە دێتە ئاراوە کە گرفتەکە دەردێکی دەستکەوتووی نەك زگماکی بەڵام هاوتاف دەبێت لەگەڵ بەد دروست بوونی زگماکی سکۆڵە دڵە ماسولکەوە. ماوە بڵێین کە نزیکەی نیوەی تێکڕای کەسانی توشبوو بەم نەخۆشییە، دەردی دیکەی دڵیان تێدا دەبینرێت.

III. ژوور زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر:

ئەم جۆرەی تەسکبوونەوەکە ئاکامی دروستبوونی ئەڵقەیەکی کرژکەری ریشاڵی‌یە لەلیواری سەرەوەی کەلێنەکانی ڤالسالڤا (valsalva sinuses)دا، لەهەندێك دۆخی دەگمەنیشدا بەربەستەکە بریتییە لەنیمچە دروستبوونی هەڵکشاوە شاخوێنبەر (hypoplastic ascending aorta).

ژوور زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر دەشێت پەیوەندبێت لەگەڵ یەکێك لەم نەخۆشییانەدا:

1. کۆنیشانی ولیەمس William s syndrom

2. ئەو منداڵانەی کە توشبوون بە:

-جنۆکە روخسار (elfin facies) ئەم شێوە روخسارە دەمێکی گەورە، لێوی سەرەوە دەریەڕیوو، ناوچاوێکی بەرز چاڵبوونی کۆڵەکەی لوت و گوێیەکی لەخوار دەنوێنێت هەروەك هاوکات دەبێت لەگەڵ دواکەوتنی ئەقڵیشدا (mental retardation)

-بەرزی ئاستی ڤیتامین D و زیادبوونی کالسیۆم لەخوێندا

-دەردە دڵەکانی دی، وەك:

1 تەسکبوونەوەی سییە خوێنبەرە چێوەییەکان.

2.زمانە تەسکبوونەوەی سییەیە خوێنبەر.

3.پێچەوانە گەڕانەوەی خوێن بەشاخوێنبەردا.

-تەسکبوونەوەی ریخۆڵە بەستە خوێنبەر (messentric artery stenosis).

-کۆنیشانی سورێژەی ئەڵمانی (rubella syndrome).

*سکاڵاکانی نەخۆشییەکە کامانەن و دیرۆکی نەخۆشییەکە چۆن دەبێت؟

گرنگترینی ئەو سکاڵایانەی کە دەتوانین وەك سەرەتایەك بۆ دەستنیشانکردنی دەردەکە لێی بڕوانین بریتین لەسنگەکوژێ (angina pectoris)، بورانەوەو دڵە سستیّ وە پاشان مردنی لەپڕ.

سنگەکوژە[3]*:

یەکەم سکاڵایە کە نەخۆش هەستی پێدەکات، لەوەش زیاتر بڵاوترینیشیانە کە نزیکەی 50-70٪ی نەخۆشەکان رووبەڕووی دەبنەوە.

دەرکەوتنی هەناسە توندی (dyspnea) لەنەخۆشی توشبوو بەتەسکبوونەوەی شاخوێنبەر بەند دەبێت لەسەر تەمەنی نەخۆشەکە، بۆ وێنە لەکەسانی لاوو چالاکدا، هەناسەتوندی لەکاتی کارکردن یان کۆششێکدا رەنگە سکاڵای سەرەتا بێت وبەزۆری لەم کەسانەدا هەناسەتوندی لەشەودا (nocturnal dyspnea) یان گەورەبوونی دڵ ئامادەبوونی نییە. بەپێچەوانەوە لەکەسانی بەساڵاچوو و ناچالاکدا سەرەڕای دەرکەوتنی هەناسەتوندی لەکاتی کۆششکردندا، نەخۆش گرفتار دەبێت بەهەناسەتوندی لەشەودا.

مردنی لەپڕ (sudden death):

لەنزیکەی 15-20ی تێکڕای نەخۆشەکاندا مردنی لەپڕ ئەنجامی کۆتا دەبێت. ئەگەرچی زۆرینەی ئەو نەخۆشانەی گرفتاری ئەم دەردەن و لەپڕ دەمرن ئەوانەن کە سکاڵای تەسکبوونەوەی شاخوێنبەریان هەیە، بەڵام نزیکەی 15٪ یان پێشتر هیچ سکاڵایەکیان نەبووە.

*نیشانەکانی نەخۆشییەکە کامانەن؟

گرنگترین نیشانەکانی نەخۆشییەکە بریتین لە:

1.کرژە فشارە مرمری دڵ (systolic murmur). ئەم نیشانە لەبەشی سەرەوەی لای راست یان چەپی کۆڵەی سنگدا بەباشترین شێوە دەبیسترێت ودەچێت بۆ ناوچەی مل (سڕبوونە خوێنبەر Carotid artery). ئەم مرمرەی بەهۆی تەسکبوونەوەی ئەم زمانەوە دەبیسترێن لانی کەم لەپلەی 3 بۆ 4 (grade III-III) دەبێت.

2.سڕبوونە پرتە (Carotid pulse)، واتە پرتەکانی دڵ لەسڕبوونە خوێنبەردا. ئەم پرتەیە لەگەڵ بەرەوپێشچوونی نەخۆشییەکەدا فراوانییەکەی کەم دەکات و هێواشتریش دەگاتە لوتکەی پرتەکە. لەنەخۆشە پیرەکاندا بەهۆی کەم بوونی چەری دیواری خوێنبەرەکەوە رەنگە پرتەکە وا دەرکەوێت کە ئاساییە ئەگەرچی نەخۆشییەکە توندو دژواریش بێت.

3.دەست دان لەپێش دڵە بەشی دیواری سنگ (precordium) رەنگە نیشانەکانی گەورەبوونی سکۆڵەی چەپ، لێدانی بەهێزی ناوچەی لوتکەی دڵ و شەپۆلێکی خوێنبەری هەستپێکراو، هەست پێدەکات.

4.دەنگی دووەمی دڵ لەتوندیدا لاوازدەبێت.

لەدۆخی پێشکەوتووی نەخۆشییەکەدا، نیشانەکانی دڵەسستیّ ئامادەبوونیان هەیە، لەوانە لێدانی لوتکەی دڵ لەجێگای ئاسای خۆیدا نامێنێت، تەق تەق (rale) لەسیدا بەبستۆك دەتوانرێت ببیسترێت، خوێنهێنەرەکانی مل فراوان دەبن و جگەر گەورەدەبێت و..

***ئەو پشکنینانەی بۆ نەخۆش ئەنجام دەدرێن کامانەن و چی نیشان دەدەن؟**

1.هێڵکاری کارەبایی دڵ (ECG):

شێوە نمونەییەکەی هێڵکاری کارەبایی دڵ بۆ تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر ئەم گۆڕانانە نیشان دەدات:

1.قوڵتیەی QRS زیاد دەکات.

2.نزم بوونەوەی پارچەی ST.

3.هەڵگەڕانەوەی شەپۆلی T.

4.گەورەبوونی سکۆڵەی چەپ.

5.بەرەو چەپ لادانی تەوەرەی کارەبایی دڵ.

لەڕاستیدا گرفتی کەموکوڕی گەیاندنی تەزووەکان لەدەزگای گەیەنەری دڵدا زۆر بڵاوەو هەرداکەی لەپلەی یەکەمی دڵەگیرانەوە (First degree heart block) بۆ دڵەگیرانی پەلی چەپی گورزەی هیس (His bundle) درێژبۆتەوە.

II.هێڵکاری سەدای دڵ Echocardiography:

ئەمانە نیشان دەدات

1.دووگەڵابوونی زمانەکە لەگەڵ بچوکبوونەوەی دەرچەکەیدا.

2.رەقبوونی زمانەکە.

3.گەورەبوونی سکۆڵەی چەپو نرخاندنی فرمانەکەی.

هێڵکاری سەدای دڵ دەکرێت لەبری قستەرەی دڵ ئەنجام بدرێت لەنەخۆشە لاوەکاندا.

III.تیشکی-Xی سنگ:

ئەم گۆڕانانە نیشان دەدات:

1.گەورەبوونی سکۆڵەی چەپ.

2.رەقبوونی زمانەکە.

3.پاش زمانە فراوان بوونی هەلکشاوە شاخوێنبەر.

4.هەلئاوسانی سییە خوێنهێنەرەکان و نیشانەکانی دلەسستی لای چەپ[4].

IV.قەستەرەی دڵ (Cardiac Catheterization):

ئەم پشکنینە بۆ ئەم مەبەستانە ئەنجام دەدرێت:

1.ئرخساندنی جیاوازی پەستان لەنێوان دوو دیوی تەسکبوونەوەکەدا، و بۆ پێوانەکردنی رووبەری زمانەکە.

2.ئرخاندنی فرمانی سکۆڵەی چەپ.

3.مێلکاری خوێنبەرە تاجییەکان بۆ وەدەستهێنانی زانیاری لەمەڕبوونی نەخۆشی خوێنبەرە تاجییەکان.

4.پشکنینی رەگی شاخوێنبەر.

*چارەسەری نەخۆشییەکە بەچی دەکرێت؟

1.چارەسەر بەدەرمان:

لەراستیدا دەرمانێکی گونجاو نییە بۆ چارەسەری تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر بەتایبەتی لەدۆخی توندودژواری نەخۆشییەکەدا. چونکە بەربەستی میکانیکیانەی دەرچوونی خوێن لەسکۆڵەی چەپەوە بەدەرمان چارەسەر ناکرێت. ڕێککردنەوەی زمانەکە لەرێگای بالۆنەوە چارەسەرێکی هێورکەرەوەیە کە پێویستە تەنها بۆ ئەو نەخۆشە بەساڵاچووانە ئەنجام بدرێت کە مەترسی دەرئەنجامیان زۆرەو نەخۆشییەکەش پێشکەوتووە. هەرچی نەخۆشە بێ سکاڵاکانن پێویستیان بەدژە بەکتریاکان هەیە بۆ رێگاگرتن لەتوشبوونیان بە ئاوپۆشە هەوی دڵ بەهۆی بەکتریاوە.

2.چارەسەر بەنەشتەرگەری:

ئەو نەخۆشانەی کە سکاڵاکانی تەسکبوونەوەیەکی دژواری زمانەی شاخوێنبەریان هەیە پێویستە نەشتەرگەری گۆڕینی زمانەکەیان بۆ ئەنجام بدرێت. هەرچی ئەو نەخۆشە بێسکاڵایانەن کە دۆخێکی توندی تەسکبوونەوەی زمانەکەیان هەیەو سکۆڵەی چەپیان گەورەبووە دیسان پێویستە هەمان نەشتەرگەرییان بۆ ئەنجام بدرێت.

*کێن ئەوانەی نەشتەرگەی گۆڕینی زمانەکەیان بۆ ئەنجام دەدرێت؟

1.لەمنداڵدا:

کردنەوەی زمانەکە (valvotomy) یان ریککردنەوەی زمانەکە بۆ ئەو نەخۆشانە دەکرێت کە سکاڵاو نیشانەی نەخۆشییەکەیان هەیە. هەروەها بۆ ئەو نەخۆشانەش پێشنیاز دەکرێت کە دۆخی توندودژواری نەخۆشییەکەیان هەیە جا سکاڵایان هەبێت یان نا.

2.لەپێگەیشتوواندا:

گۆڕینی زمانەکە دەست بەجێ پێویستە لەپاش دەرکەوتنی سکاڵاکانی نەخۆشییەکە. هەروەها لەوانەشیاندا کە نیشانەی نەخۆشییەکەشیان تێدا وەدی ناکرێت گەر هاتوو لەرێگای پشکنینەوە، بۆ وێنە بەهۆی مێلکاری کارەبایی دڵەوە توانرا بزانرێت کە نەخۆش دۆخی توندی تەسکبوونەوەکەی هەیە پێویستە زمانەکەی دڵیان بۆ بگۆڕدرێت.

3.لەبەساڵاچوواندا بڕیاردان لەسەر ئەنجامدانی نەشتەرگەری پێویستە بەپێی ئەم ئەنجامانە چاوی لێبکرێت:

أ.ئایا فرمانی جگەرو گورچیلەی بێکەموکورییە یان نا؟

ب.فرمانی سی بێکەموکورییە یان نا؟

ج.کێشی لەشی لە40کگم زیاترە یان نا؟

*پێشبینی بۆ ئەو نەخۆشانەی نەشتەرگەری گۆڕینی زمانەکەیان بۆ ئەنجام دەدرێت بەندە لەسەرچی؟

بەندە لەسەر:

1.بوونی نەخۆشی خوێنبەرە تاجییەکان یان دیرۆکی جەڵتەی دڵ.

2.ئایا قەوارەی دڵ زیادی کردبوو بەر لەنەشتەرگەرییەکە.

3.قەوارەی خوێنی پاڵنراو لەلایەن دڵەوە لەیەک خولەکدا کەمترە لەباری ئاسایی یان ئاساییە.

4.بوونی یا نەبوونی بەرزە پەستانی سورە سوڕی خوێن (pulmonary hypertension).

*پێچەوانەگەڕانەوەی خوێن بەزمانەی شاخوێنبەردا (Aortic regurgitation) چییە؟

ئەم دەردە بریتییە لەگەڕانەوەی خوێن لەشاخوێنبەرەوە بۆ نێو سکۆڵەی چەپ، لەساتی خاوبوونەوە فشاری دڵدا، لەبەرزمانەی سیانی نیمچە بازانەیی شاخوێنبەردا بەهۆی تەواو دانەخرانی پەرەکانی ئەو زمانەیەوە.

ئەم گرفتە رەنگە ئاکامی نەخۆشی خودی زمانەکە خۆی یان نەخۆشی رەگی شاخوێنبەربێت هاوکات لەگەڵ فراوان بوون و کرژبوونی ئەڵقەی زمانەکەدا. پێچەوانەگەڕانەوەی خوێن بەنێو زمانەکەدا دەبێت یان لەمەندێ دۆخی دەگمەندا دەشێت لەرێگای جۆگەیەکەوە تێپەڕ کە بەتەنیشت ئەڵقەی زمانەکەوە دروست دەبێت.

*پاسۆلۆژی (pathology) نەخۆشییەکە چۆن دەبێت؟

دۆخی مامناوەندی ئەم دەردە بەزۆری هیچ سکاڵایەک ناخولقێنێت و نەخۆش بەرگەی دەگرێت، نەخۆشییەکە لەم پلەیەیدا دەبێتە هۆی:

1.زیادبوونی قەوارەی خوێنی نێو سکۆڵەی چەپ لەکۆتایی خاوبوونەوە فسارو هەروەها کۆتایی کرژبوونە فشاریشدا.

2.گەورەبوونی سکۆڵەی چەپ.

3.زیادبوونی قەوارەی خوێنی پاڵنراو لەلایەن سکۆڵەوە لەیەک کرژبوونددا.

4.زیادبوونی لێدانەکانی دڵ، دڵە پەلە (tachycardia) بۆ قەرەبووکردنەوەی ئەو بڕە خوێنەی کە هەر جارێک پێچەوانە لەشاخوێنبەرەوە بۆ سکۆڵە دەگەڕێتەوە.

کاتێک دۆخی نەخۆشییەکە تونددەبێت و فرمانی سکۆڵەی چەپ تێک دەچێت:

1.پەستانی خوێنی نێو سکۆڵەی چەپ لەکۆتایی خاوبوونەوە فشاردا، زیاد دەکات و ڕەنگە لەئاکامدا یەکسان ببێت بەخاوبوونەوە فشاری خوێنی شاخوێنبەر.

2.زمانەی تاجی دوواتی دڵ پێش وەخت دادەخرێت بەوەش ڕێگادەگرێت لەهاتنی خوێن لەگوێچکەلەی چەپەوە بۆ نێو سکۆڵەکەی هەمان لا.

3.قەوارەی خوێنی نێو سکۆڵەی چەپ لەکۆتایی خاوبوونەوە فشاردا زیاتر زیاد دەبێت، قەوارەی خوێنی پاڵنراو لەلایەن دڵەوە لەهەر کرژبوونێکدا کەم دەکات.

***هۆکانی نەخۆشییەکە کامانەن؟**

بریتین لە:

I.هۆکارە زگماکییەکان: کە گرنگترینیان ئەمانەن:

1.دووگەڵابوونی زمانەی سیانی شاخوێنبەر بەتەنها یان هاوکات دەبێت لەگەڵ بوونی.

ا.کەموکوڕی بەربەستی نێوان سکۆڵەکان (VSD).

ب.خوێنبەرە جۆگەی کراوە (patent ductus arteriosus).

ج.تەسکبوونەوەی شاخوێنبەرملولە.

2.زمانەی سیانی شاخوێنبەر بەتەنها یان هاوکات دەبێت لەگەڵ بوونی:

ا.کەموکوڕی بەربەستی نێوان سکۆڵەکان.

ب.زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر.

ج.ژوور زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر.

د.ژێر زمانە تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر.

ه.پچڕانی کەلێنی ڤالسالڤا.

II.هۆکارە دەستکەوتووەکان؛ گرنگترینیان ئەمانەن؛

A.هۆکاری زمانەیی (valualar C.)؛ وەك:

ا.نەخۆشی ڕۆماتیزمی دڵ.

ب.ناوپۆشە سۆی دڵ بەهۆی بەکتریاوە.

ج.ڕەقبوونی زمانەی شاخوێنبەر.

د.ڕەقبوونی خوێنبەرەکان.

ه.پچڕانی زمانەکە بەهۆی بەرکەوتنەوە.

و.دڕانی شاخوێنبەر.

ر.دوای نەشتەرگەری زمانەی شاخوێنبەر.

ز.هۆکاری دی، وەك:

1.کۆنیشانی ڕەیتەر (Reiter's syndrome).

2.جومگەسۆی ڕۆماتیزمی.

3.کۆنیشانی ویپڵ (whipple's sndrome).

4.نەخۆشی کرۆهن (Crohn's disease).

5.جومگە نەخۆشی جاکۆد (Jaccouds arthropathy).

6.نەخۆشی گورگە سوورە (Systemic lupus erythematous).

7.ڕەقبوونی پێست.

8.دەرمانی وەك؛ مێسیسێرجاید.

B.فراوانبوون یان شێوانی شاخوێنبەر؛ گرنگترینیان بریتین لە:

1.فراوانبوون بەهۆی بەساڵاچوونەوە.

2.مردنی چینی ناوەندی شاخوێنبەر بەشێوەی تورەکە لەگەڵ یان بەبێ کۆنیشانی مارفان (Marfan's Syndrome).

3.نەخۆشی تاکایا سو (Takayasu's disease).

4.فرە کرکراگە سو (poly chondritis).

5.فەرەنگی (سیفلیس– Syphilis).

6.کۆلۆنە سوی هەلکۆڵەر (ulcerative colitis).

7.خوێنبەرە هەوی دێوەخانەیی.

8.کۆنیشانی ئەهلەر–دانلۆس–Ehler's-Dan;os syndromej.

9.بەرزە پەستانی خوێن.

10.کۆنیشانی کۆگان (Cogan's syndrom).

11.کۆنیشانی بەهجەت (Behceet's syndrome).

***سکاڵاکانی نەخۆش کامانەن؟**

سکاڵاکان هەروەك ئەوانی تەسکبوونەوەی شاخوێنبەر وان بەڵام بوراندەوەو سنگە کوژە کەمتر هەستیان پێدەکرێت. بەپێچەوانەی ئەوەوە پێچەوانەگەڕانەوەی خوێن بەزمانەی شاخوێنبەردا دەردێکە کە توانای نەخۆش بۆ بەرگەگرتنی زۆر باشە ئەگەر هاتوو میکانیزمی قەرەبووکردنی کاریگەرە ئەرێنییەکانی دەردەکە هەنگاو بەرێچوو. تەنانەت دۆخی مامناوەندی ئەم نەخۆشییە بۆ چەند ساڵێك نەخۆش بەرگەی دەگرێت، بەڵام دەبێت ئەوەشمان لەیاد نەچێت کە دۆخی لەپڕی پێچەوانەگەڕانەوەی خوێن بەم زمانەدا یان پچڕانی کەلێنی ڤالساڵڤا کەمتر بەرگە دەگرێت و زۆر بەخێرایی دەبێتە هۆی گەشەکردنی دڵە ستی، سکۆڵەی چەپ.

بەچەشنێکی گشتی دەتوانین بڵێین سکاڵاکان بەم چەشنە دەبن:

1.لەدۆخی سوك تا مامناوەندی نەخۆشییەکەدا نەخۆش بەزۆری هیچ سکاڵایەکی نابێت یان دەشێت هەست بەلێدانەکانی دڵی بکات.\

2.لەدۆخی توندودژواری نەخۆشییەکەدا نەخۆش سکاڵاکانی دڵە ستی (Heart Failure) یان سنگە کوژە دەبێت.

***نیشانەکانی نەخۆشی‌یەکە چین؟**

بریتین لە:

ا.پرتەکانی دڵ لەخوێنبەرەکاندا؛ ئەم گۆڕانانەیان تیا وەدیدێت.

1.قەبارەی پرتەکان زیاد دەکات.

2.لێدانی پرتەکان لەژێر نینۆکە موولوولەکانی خوێندا کە بەنیشانەی کوینکی (Quincks's sign) ناسراوە.

3.نیشانەی دورۆزیز (Duroziez's sign).

4.سەرلەقێ لەگەڵ پرتەکاندا کە پێی دەوترێت نیشانەی دی موسێت (de Musset's sign).

ب.مرەمرەی دڵ (Heart murmur):

1.مرەمر لەسەرەتای خاوبوونەوە فشاردا.

2.مرەمر لەکرژە فشاردا.

3.مرەمری ئۆستین فلینت (Austin Flint murmur).

ج.نیشانەکانی دی، وەك:

1.چوارەم دەنگی دڵ هەستی پێدەکرێت، سکۆڵەی چەپ گەورە دەبێت.

2.نیشانەکانی دڵەسستیێ.

***ئەو پشکنینانە چین کە بۆ نەخۆش ئەنجام دەدرێن؟**

ا.هێڵکاری کارەبایی دڵ:

لەسەرتادا ئاسایی دەبێت وەلێ لەکۆتایدا کاتێك دۆخی نەخۆشی‌یەکە بەرەو خراپی دەچێت هێڵکاری کارەبایی دڵ شێوە گۆڕانی گەورەبوونی سکۆڵەی چەپ هەروەها نزم بوونەوەی بەشی ST و بەرزبوونەوەی شەپۆلی T نیشان دەدات.

ب.هێلکاری سەدای دڵ:

ئەم گۆڕانانە نیشان دەدات:

1.فراوان بوونی سکۆڵەی چەپ.

2.فرە جوڵەیی سکۆڵە.

3.دۆپلەر پێچەوانەگەڕانەوەی خوێن بەزمانەکەدا نیشان دەدات.

4.پێش وەخت داخرانی زمانەی تاجی دووانی دڵ.

ج.تیشکی Xی سنگ:

ئەم گۆڕانانە نیشان دەدات.

1.رەقبوونی زمانەی شاخوێنبەر شتێکی نا باوە لەدۆخی پوختی ئەم دەردەدا.

2.گەورەبوونی سکۆڵەی چەپ.

3.هەڵکشاوە شاخوێنبەر زۆر دەرکەوتووە.

4.رەقبوونی هەڵکشاوە شاخوێنبەر.

5.نیشانەکانی هەڵئاوسانی سىیە خوێنهێنەرەکان یان هەڵئاوسانی سی.

د.قەستەرەی دڵ:

دەشێت پێویستیش نەبێت، ئەم پشکنینە نیشانی دەدات، کە:

1.سکۆڵەی چەپ فراوان بووە، خوێن پێچەوانە دەگەڕێتەوە بەزمانەی شاخوێنبەردا.

2.رەگی شاخوێنبەر فراوان بووە.

***چارەسەری نەخۆشی‌یەکە چۆن دەبێت؟**

لەڕاستیدا رەنگە چارەسەر بۆ هۆکارە بنەڕەتیەکانی نەخۆشییەکە پێویست بێت وەك هەنگاوی یەکەم. پاشان لەو نەخۆشانەدا کە سکالآی نەخۆشی‌یەکەیان هەیە، گۆڕینی زمانەکە لەرێگای نەشتەرگەییەوە پێشنیار دەکرێت هەروەك دەشێت بۆ ئەو نەخۆشانەش ئەنجام بدرێت کە سکالآشیان نییە، گەر هاتوو تیشکی-Xی سنگ ئەوەی نیشاندەدا، کە دڵی بەردەوام گەورەدەبێت یان هێڵکاری سەدای دڵ بەڵگەی خراپ بوونی فرمانی سکۆڵەی چەپی دەردەخست.

فراوانکەری لولەکانی خوێن (Vasodilators) رەنگە رێگا بگرێت لەزیاتر فراوان بوونی سکۆڵەی چەپ.

پەراوێزەکان:

1.بڕوانە (نەخۆشییە زگماکیەکان لەپێکەشتواندا)، لەژمارە 18ی گۆڤاری زانستی سەردەم.

2.بۆ توێکاری زمانەکە دەتوانین لەبەشی یەکەمی (نەخۆشی زمانەکانی دڵ)دا لەژمارەی رابردوودا بخوێنیەوە.

3.سکالآو نیشانەکانی سنگەکوژێ لەژمارە 16ی زانستی سەردەمدا لە(ئازاری سنگ‌و سنگەکوژێ)دا رونکراوەتەوە.

4.بۆ زانیاری زیاتر لەمەڕ دڵەسستیێ بڕوانە دڵەسستیێ لەژمارە 21ی ئەم گۆڤارەدا.

سەرچاوەکان:

<u>refernCes</u>

1.cardiology
R.H.Swanton MA, MD,FRCP
Aortic stenosis & regurgitation p/99-118.
2.The Heart/ companion handbock.
Robert C.Schlant M.D.
J.Willis Hurst MD.
Aortic valve disease
Donglas C.Morris M.D p/85-96.
3.Davidsons principles & practice of medicine
Aortic valve disease p/280-284.
4.A.Pocket Manual of different diagnosis
Stephen N.Adler M.D. Bs
Dianne B.Gasbarra MD.
Debra Adler-klein MD, F.A.C.P
Aortic valve p/44-46.
5.Cardiology Secrets
Aortic stenosis & regargitation
Edward P.Havranek M.D p/189-191.